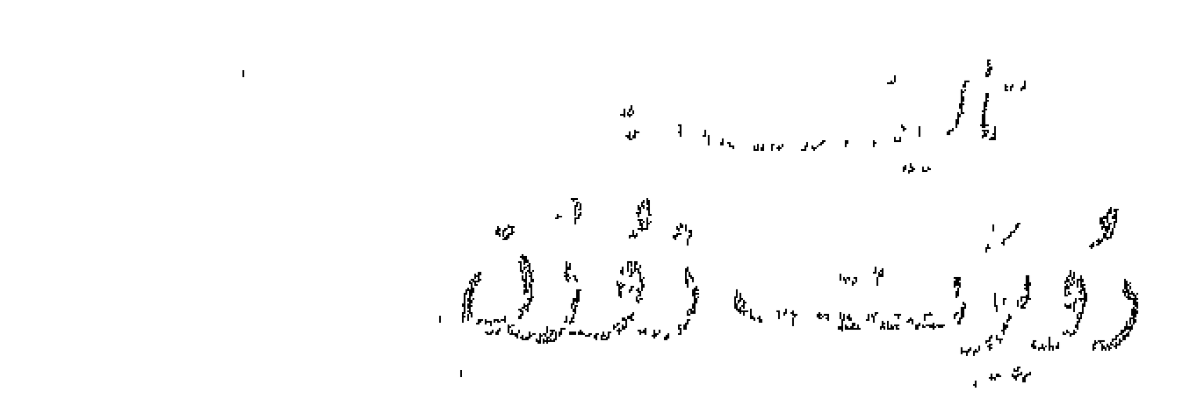
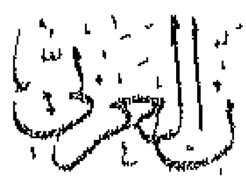
القِراءَةُ السَّرِيعَة



ترجمة:
عبدالله مكّي القروص



القِـراءَةُ السَّـرِيعَة

تأليف :
روبرت زورن

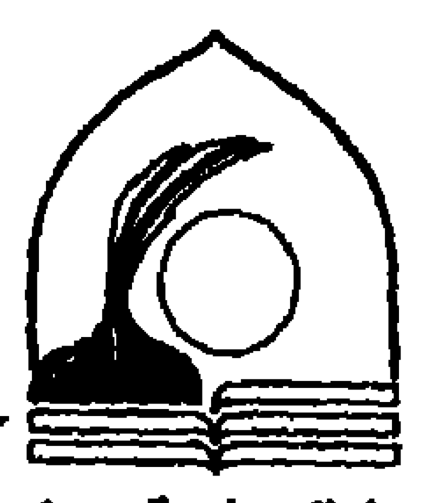
القراءة السريعة

ترجمة :
عبدالله مكي القروص

دار البيان العربي

الطبعة الأولى

١٩٩١م - ١٤١٢هـ



دار البيان العربي

حارة حريك - خلف بنك بيروت والبلاد العربية : بناية ميجي ط ٣ . ت٨٢١١٤٢ - ص . ب ٩٧/ ٢٥ و ١١٣/٥٧٨٩ بيروت - لبنان تلفاكس ٨٦٣٤٦١ تلكس BACHAIR LE ٢٢١٧

مقدمة المترجم

بالطبع ، إذا كنت قد سمعت أو قرأت عن أناس يستطيعون القراءة بمعدل يزيد عن الألفين كلمة في الدقيقة ، فانـك لن تعجب من معدل قـراءة الرئيس الأمريكي السابق ، جون كيندي ، الذي كان يقـرأ بمعدل (١٢٠٠) كلمـة في الدقيقـة . ولكن هـل كان أولئـك الناس ومنـذ بدايـة معرفتهم بـالقـراءة يقـرأون بـذلـك المعـدل المرتفع ؟ والجواب هو : كلا وألف كلا ، فالرئيس الأمريكي جون كيندي كان يقـرأ بمعـدل يـزيـد قليـلاً عن (٢٨٠) كلمـة في الـدقيقـة قبـل أن يتمكن من القـراءة بمعدل (١٢٠٠) كلمة في الدقيقة . إذن ، هذا يقودنا إلى السؤال التالي وهو : كيف استطاع هؤلاء من رفع معدلات سرعاتهم إلى ذلك الحد ؟ والجواب هو : لقد التحق جون كيندي بفصول تعلم القراءة السريعة ولا شك أن غيره فعلوا مثل ما فعل أو على الأقل قرأوا عن القراءة السريعة وطبقوا تقنياتها على أنفسهم أثناء قراءاتهم .

لقد أصبحت القراءة السريعة علماً أو فناً قائماً بذاته يدرس حتى في أرقى الجامعات العالمية . وصارت تعقد لها الدورات التي يحضـرها أنـاس ـ رجالاً ونساءً ـ من مختلف الأعمار ومن مختلف المستويات العلمية في كل زمان ومكان في الولايات المتحـدة الأمريكيـة وأوروبا ، وكلهم أمـل بأن يتمكنـوا من تغيير معدلات سرعاتهم في مجال القراءة . كما وصارت لها كتب تتحدث عن تقنياتها وتنقل أساليب تطويرها ، مثلها مثل كل الفنون والعلوم المنتشرة في العالم .

ويبقى ان نعرف بعد كل ذلك بأن الأمل بالتغيير أمر مؤكد إذ أن كثيرا ممن تلقوا دروساً في القراءة السريعة استطاعوا أن يضاعفوا من سرعاتهم (مرتين أو ثلاث أو أكثر) كما واستطاعوا أن يرفعوا من معدل الفهم والإدراك لديهم . وبالمناسبة ، الاحصاءات تقول بأن غالبية الناس لا يستخدمون إلاّ جزءاً بسيطاً من قدراتهم العقلية وذلك أثناء ممارستهم للقراءة . إذن ، ماذا سيحدث لو انهم استخدموا كل تلك الطاقات أو أغلبها ! انهم ولا شك سيحققون تقدماً ملحوظاً في هذا المجال .

إن هذا الكتاب هو خلاصة تجربة رجل مارس تدريس القراءة السريعة لمدة تزيد عن عشرين عاماً ، ولكن ينبغي أن لا نكتفي بتعلم ما جاء فيه من أساليب وتقنيات . فهناك في الأسواق كتب أخرى يمكن ان تضاف أساليبها وتقنياتها والتي هي خلاصة تجارب آخرين ، إلى ما جاء في هذا الكتاب . لأن الجمع فيما بينها سوف يمكننا وبسهولة من اختيار الأنسب والأصلح من بينها لكل منا ، فرداً فرداً .

وفي الختام ، أقدم شكري الجزيل للأخ الذي تفضل فأهداني هذا الكتاب متمنياً له المزيد من التقدم والرقي والسؤدد .

عبدالله مكي القروص

١٥/٩/١٤١٠هـ

١١/٤/١٩٩٠م

« ١ »

كيف تقارن ؟

إذن ، تريد ان تتعلم القرّاءة السريعة ! انها ليست أمراً صعباً ، وانما على العكس من ذلك . فكل واحد ، ذكراً أو أنثى ، يستطيع أن ينمي قدرات القراءة لديه . وفعل ذلك أمر سهل ، إذ لا يحتاج المرء إلى أكثر من توفير الحافز لديه وبعض الوقت وشيء من التمرين والممارسة . ولكن السر يكمن في معرفة كيفية التمرين والممارسة إلى جانب معرفة ماذا نتمرن عليه أو نمارسه . وهي مهمة هذا الكتاب الذي يوضح الخطوات الرئيسية من أجل قراءة أسرع وأفضل . ولقد قمت بتدريسها لآلاف من الطلبة من مختلف المستويات الدراسية والذين تمكنوا بواسطتها من مضاعفة سرعاتهم ، مرتين أو أكثر . انها تقنيات ناجحة ولا ريب إذ آتت أكلها ولسنوات كثيرة مضت .

على رأس قائمة الأسئلة التي طرحها غالبية من انخرطوا في تعلم فن القراءة السريعة هذا السؤال : « كيف أقارن بين السرعة الحالية لقراءتي وسرعات الآخرين ؟ » .

وللإجابة على مثل هذا السؤال ، يلزمك معرفة أمرين ـ سرعة قراءتك ومدى استيعابك ـ لان معرفتهما تعتبر بداية مثالية على الطريق من أجل قراءة

أفضل وأكثر متعة . كما وتستطيع ان تستخدم معلوماتـك حولهمـا كأســاس في عملية المقارنة ، بل والأهم من ذلك يمكنك استخدامها كأساس في عملية النمو والتطور . بالطبع ، يمكنك التعرف على معدلي السرعة والإدراك لديك وذلك عبر قراءة المقطع التالي ، مع ملاحـظة حساب الـوقت اللازم لقـراءته بـدقة . بالمناسبة ، يلزمك ان تقرأ المقطع وأنت في وضع مريح ومن غير ان تعمد إلى زيادة سرعتك العادية أو تقليلها .

هل أنت مستعد ؟ إذن ، إبدأ الآن !

القراءة رقم (١)
جهدنا الغير منظم في القراءة

القليـل جداً من النـاس ، هم الذين يستفيـدون بالكـامـل من الـطاقـات والإمكانات التي لديهم في مجال القراءة . فالأرقام المتوفرة من الأبحاث توضح بأننـا نستخدم ما مقداره (١٥٪) فقط من طاقاتنا العقلية التي لدينا عندما نكون منشغلين بتمييز الرموز وتذكر معانيها ومن ثم جمع تلك المعاني في صورة مقاربة لما في عقل كـاتبها . اننـا نبادر في الحـال إلى أخذ سيـارتنا إلى أقـرب ورشة لاصلاحها عندما نعلم بأنها تعمل باسطوانتين بدلاً عن ثمان ، إلّا اننا لا نعطي نفس هذا الإهتمام لقدراتنا أثناء استخدامهـا في مجال القـراءة . اننا وبعـد أن نطور كفاءتنـا في القراءة بشكل مناسب ، فانه يلزمنا الإستخدام المستمر والجيد لها لكي تبقى في أحسن حالاتها .

كم من الوقت (ثانية) لزمك لقراءتها ؟ دوّن ذلك في الجدول الذي في نهاية الكتاب .

أما القدرة على الفهم فيمكن قيـاسها عن طـريق الإجابـة على الإمتحان القصير اللاحق الذي سيتبع كل قراءة . بـالطبـع ، الإجابـة ستكون امـا بكلمة «صواب=T» أو «خطأ=F» أو «غير مشار إليه=N» . ويمكنك أن تعطي لنفسـك (٢٠)

درجة عن كل إجابة صحيحة ، كما ويمكنك ان تدوّن مجموعة الدرجات في الجدول الذي في نهاية الكتاب تحت كلمة « الفهم » في شكل نسبة مئوية .
والإجابات الصحيحة ، يمكن الرجوع إليها في نهاية الكتاب .

والآن هاك الإمتحان القصير !

١ ـ القليل من الناس ، هم الذين يستفيدون من كل طاقاتهم عندما يقرأون . . . .

٢ ـ ان عملية تمييز الرموز وتذكر معانيها تحتاج إلى الكثير من الطاقة . . . .

٣ ـ اننا ندفع من المال على سياراتنا أكثر مما ندفع على كفاءاتنا في مجال القراءة . . . .

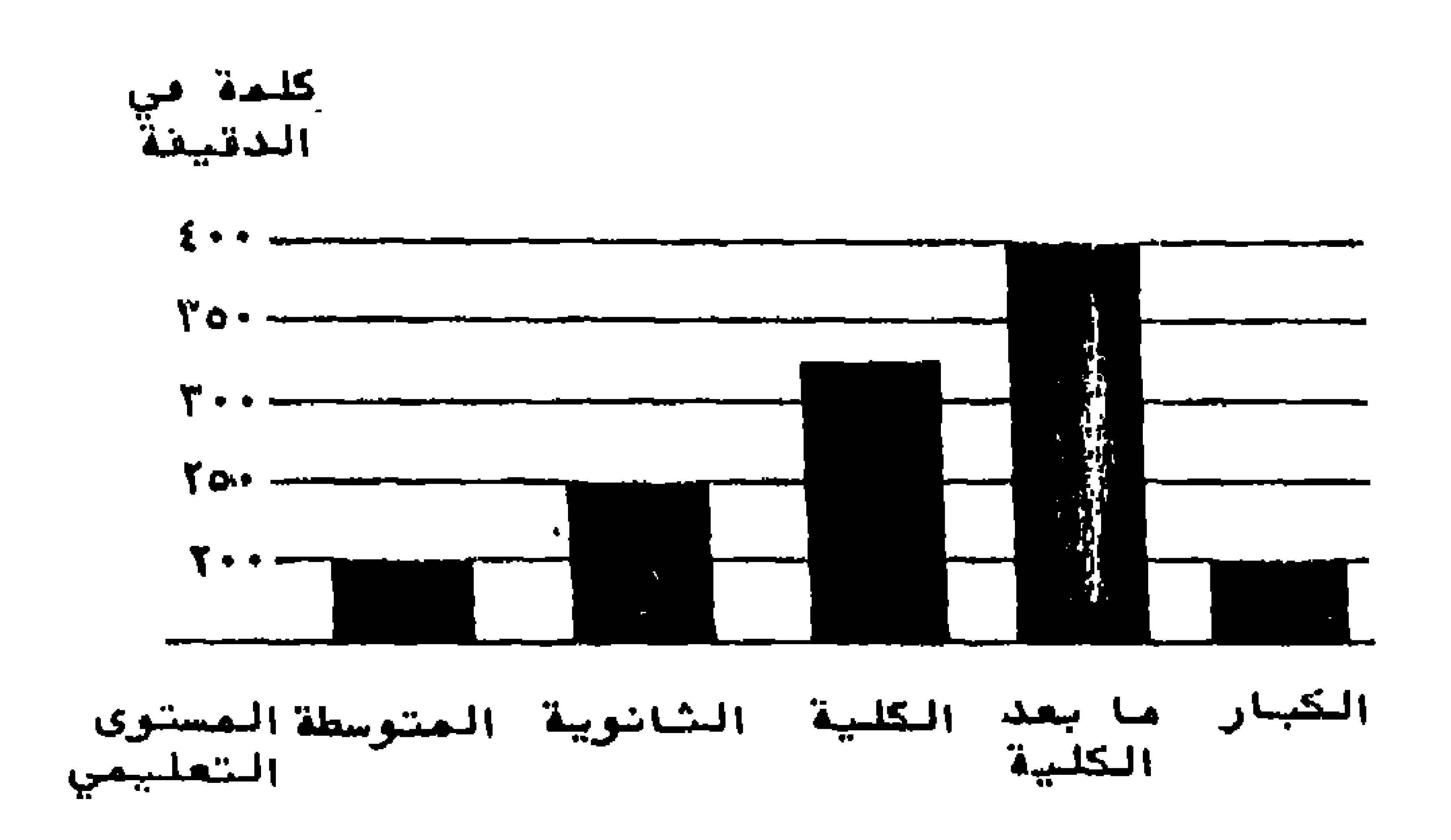
٤ ـ ينبغي علينا أن نعطي اهتماماً أفضل بكفاءاتنا في مجال القراءة . . . .

٥ ـ ان الكفاءة في مجال القراءة تشبه السيارة ، فهي تحتاج إلى المراقبة على فترات منتظمة . . . .

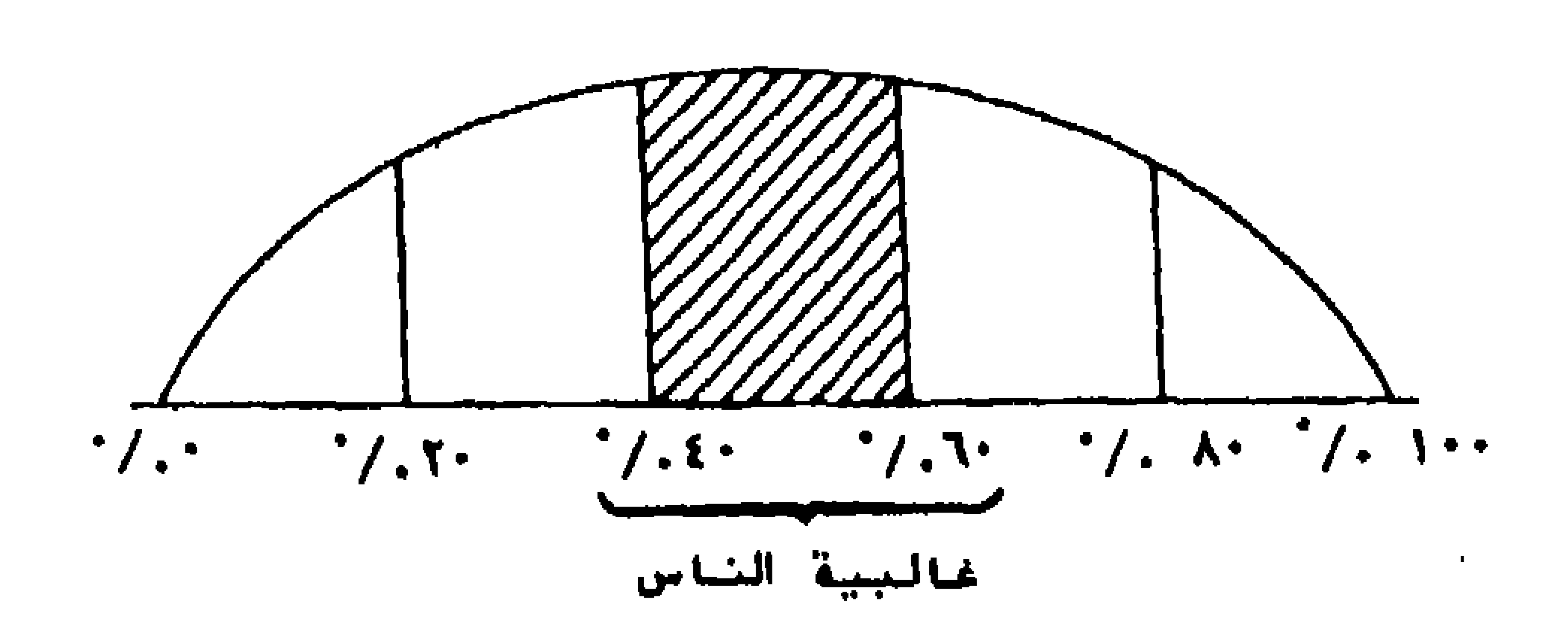
بالمناسبة ، يمكن حساب الكلمات التي يمكنك ان تقرأها في الدقيقة الواحدة عن طريق المعادلة الحسابية التالية :

$$\text{عدد الكلمات في الدقيقة الواحدة (WPM)} = \frac{\text{٦٠} \times \text{عدد الكلمات المقروءة}}{\text{الوقت اللازم لقراءتها بالثواني}}$$

بعد الإنتهاء مما سبق ، تأتي الخطوة التالية وهي عملية مقارنة النتائج التي حصلت عليها مع تلك التي حصل عليها آخرون يماثلونك فى المستوى العلمي ، سواء في عدد الكلمات أو في مستوى الفهم . أنظر الشكلين (١) و (٢) .



الشكل رقم (١)



الشكـل رقم (٢)

الشكل رقم (١) يوضح ان الزيادة في عدد الكلمات المقروءة في الدقيقة الواحدة هي زيادة طردية ، أي انها تزداد مع زيادة المستوى التعليمي للإنسان . وليست هناك أية غرابة في تدني عدد الكلمات المقروءة عند الكبار (بعد تركهم للدراسـة) وذلـك لان قـراءاتهم في الغـالب هي أقـل ممـا كـانت عليـه أثنـاء الدراسة .

أما الشكل رقم (٢) فهو يوضح مستوى الفهم عند غالبية الناس مهما كان عدد الكلمات التي يقرأونها في الدقيقة الواحدة . ان غالبية القـراء يفهمون مـا نسبته (٥٠٪) مما يقرأون .

بالطبع ، هناك مفاهيم خاطئة حول القراءة السريعة كالتي تقول بأن القرّاء الـذين يمارسـونها هم قـرّاء يفتقدون إلى الـدقة وان القـراء البـطيئين هم قرّاء يستفيدون بشكل أكبر من قراءاتهم ، أو كالتي تقول بأن القراء السريعين هم قرّاء لا يحصلون على شيء من قراءاتهم في حين ان القرّاء البطيئين لا يُتوقع منهم ان ينمُـوا سـرعـاتهم ما دامـوا لم يُعلّموا أن يقـرأوا بسرعـة من قبل . ان كـل هذه المفـاهيم خاطئة وأن هذا الكتـاب يحتوي على خـطوات مبرهنـة والتي سوف تعينك على النجاح في الوصول إلى كفاءات جديدة في مجال القراءة .



« ٢ »

انت على الطريق !

دعنا ، هنا ، نراجع وبسرعة قليلاً من الحقائق . انك تعرف سرعتك في القراءة كما وتمتلك فكـرة جيدة حـول مستوى الفهم والإستيعـاب لديـك . ثم أضف إلى ذلك معرفتك بكيفية المقارنة بينك وبين الآخرين الذين يماثلونك في المستوى التعليمي . وأنت ، بالطبع ، قد حددت السرعة التي تـريد أن تصـل إليها في مجال القراءة السريعة ، كما وانك أبديت الرغبة في النمـو والتطور . إذن ، دعنا الآن نرى فيما إذا كان بالامكان اضافتها إلى بعضها البعض ولنراقب نمو وتزايد كفاءاتـك في مجال القـراءة ، أثر ذلـك . ان أول خطوة تتمثـل في اختيار طريقة .

نظريات حول القراءة السريعة

هناك نظريات كثيرة حول كيفية تنمية وتطوير معدلي السرعة والفهم عنـد الإنسان . لكن التقنية الأكثر نجاحاً بالنسبة لغالبية الناس هي التي تعتمـد على تغيير حركات العين التي يمارسونها أثناء القراءة . وبمعنى آخـر ، ان الطريقـة الأساسية في عملية التغيير والنمو هي في جعل حركات العين أكثر فاعلية . وبما أن القراءة هي تعبير عن حركة العين ، فان سؤالاً يطرح نفسه وهو : كيف يمكن

ممارسة حركة العين بأحسن صورة ؟ ان هذا الكتاب يعلمك ، خطوة بعد خطوة ، طرقاً من أجل تطوير وتنمية حركات العين أثناء قراءتك لآلاف الكلمات .

بالطبع ، هذا الكتاب لا يبحث في نظريات أخرى حول القراءة ـ كتلك التي تستخدم تقنيات التحريض أو التقنيات اللغوية ـ لانها وفي أغلب الأوقات والحالات لم تعطي النتائج المرجوة . وهناك نظرية ، على سبيل المثال ، تقوم على أساس ان سرعة الشخص في القراءة تزداد كلما ازداد حباً واهتماماً بالمادة المقروءة . ولقد وجدت بالتجربة خلال سنوات كثيرة عدم صحة ذلك بشكل دائم . فالناس كثيراً ما يقرأون ببطء تلك المادة التي يحبونها لأنهم يعمدون إلى تذوق كل كلمة أو كل سطر أو كل مقطع . بالطبع ، هناك من يقرأون ـ بشكل أسرع المادة التي يحبونها كثيراً ـ، إلّا أن النظرية لا يمكن الإعتماد عليها والحال كذلك ، أي لوجود الإحتمالين معاً .

أما النظرية التي تعتمد على فكرة ان الإنسان يزداد سرعة كلما ازدادت حصيلته اللغوية فهي نظرية لا يمكن الأخذ بها إذ ان معرفة غالبية الناس بغالبية الكلمات التي يقرأونها يومياً لم تساعدهم على القراءة بشكل أسرع . (سوف نعود إلى بحث هذه النظرية في الفصل السابع بشكل أوسع) .

وهناك نظرية أخرى شائعة تقول بأن العين سوف تلاحق أي جسم متحرك ، لذا فان كل ما تحتاجه هو ان تقوم بتحريك جسم ما ، كأحد أصابعك أو قلم رصاص أو مسطرة ، بسرعة فتقوم عينك بالتحرك تباعاً فتصبح في وقت قصير من بين القراء السريعين .

بالطبع ، الفكرة صحيحة في أن العين سوف تلاحق أو تتابع أي جسم يتحرك في مجال الرؤية ولكن السؤال هو : من يريد ان يعتمد على حركة إصبع أو قلم أو مسطرة من أجل أن يزيد في سرعته في مجال القراءة ؟ ان الذين

يحبذون هذه الفكرة أو هذه التقنية يقولون بأن استخدام الجسم المتحرك ما هو إلّا استخدام مؤقت إذ ينتفي مع مرور الوقت ، أي بعد زيادة السرعة . لكن الأمر ليس كذلك في كل الحالات فالتقنيات ـ في بعض الأحيان ـ تتحول إلى عادات دائمة يصعب التخلص منها .

بالمناسبة ، انني بهذا الإستعراض للنظريات ، المختلفة لا أريد أن أقول انها خاطئة بالكامل وانما أريد أن أقول ـ ومن خلال تجربتي الطويلة في تدريس القراءة السريعة لكثير من الناس من مختلف المستويات والخلفيات ـ ان هناك طرقاً أسهل يمكن تعلمها وهي موجودة في هذا الكتاب .

الارتداد

ان واحدة من العادات السيئة والسهلة التكوّن عند القارىء هو الارتداد أو النكوص . وبمعنى آخر ، انها حركة العين إلى الوراء أو قراءة الكلمة والمرور عليها مرة أخرى . وهي في غالبيتها ، أي حركات الارتداد والنكوص ، ليست ضرورية ولا ذات فاعلية ، انها في الحقيقة حركات دخيلة . حتى أن بعض الخبراء في مجال القراءة اعتبروا الارتداد أو النكوص هو الخطوة الأكثر ضرراً على نشاطات الإنسان اليومية في مجال القراءة . بالطبع ، هذا كان يتعارض مع ايمان بعض الناس بفائدة الارتداد لزيادة فهمهم للمادة التي يقرأونها إلى أن التحقوا بالفصول التي كنت أدرس فيها القراءة السريعة . لقد وجدوا وبعد ان تخلصوا من غالبية حركات النكوص والارتداد ان سرعتهم وفهمهم قد ازدادا نمواً وتطّوراً .

ان القرّاء الجيدين ينظرون إلى الوراء أحياناً أثناء قراءاتهم ، إلاّ أن حركات النكوص والارتداد قليلة لديهم . ودعني أوضح الأمر بهذا الشكل : إذا كنت من القرّاء البطيئين ، فانك لن تفيد من خلال الارتداد والنكوص . ان القرّاء السريعين هم الذين يتقدمون إلى الأمام بمعدلات سريعة وبحركات عيون إلى الوراء قليلة .

وهناك نوعان من الارتداد أو النكوص ، أحدهما غير طوعي وهو عادة مكتسبة من السنوات الأولى من عمر الإنسان . والآخر طوعي يمارس كلما كانت هناك ضرورة إليه وبشكل ضيق جداً .

وإليك مثالاً وضع أو خصص لكي يريك كيف يعوق الارتداد أو النكوص السرعة والفهم معاً :

أنظر إلى هذه الجملة : الآن إقرأ هذه بسرعة . انها تحتوي على كلمات معروفة لدى كل بالغ . فإذا قام أي قارىء بالنكوص أو الارتداد مرة واحدة أثناء قراءته لهذه الجملة فان العقل سوف يفهمها هكذا :

الآن إقرأ الآن هذه بسرعة

لاحظ كم هو سيء أن تقرأ الجملة في شكلها الأخير . والذي حدث هو اضافة كلمة « الآن » بين كلمتي « إقرأ » و « هذه » والسبب يعود إلى عملية الارتداد أو النكوص . بالطبع تؤدي عملية الإضافة إلى ارباك بالدماغ إذ انها عملية غير طبيعية بالنسبة لمركز التأويل والترجمة الدماغي . الشكل رقم (٣) يبين الشكل الحقيقي لحركة العين عندما يقوم القارىء بحركة ارتداد على كلمة « الآن » .

الآن اقرأ هذه بسرعة

الشكل رقم (٣)

وكما يمكنك ان ترى فان ارتداداً كهذا ، يؤدي إلى الارباك وإلى النقص في عملية الفهم وبالتالي فان أثره على سرعة القراءة لا يحتاج إلى توضيح أكثر . ان أولئك الذين استطاعوا مضاعفة سرعاتهم وفهمهم مرتين أو ثلاثاً ، هم أولئك الذين خفضوا أو الغوا حركات الارتداد لديهم أثناء القراءة . الشكل رقم (٤) يوضح كيفية تحريك القارىء السريع لعينه أثناء قراءته لنفس الجملة السابقة .

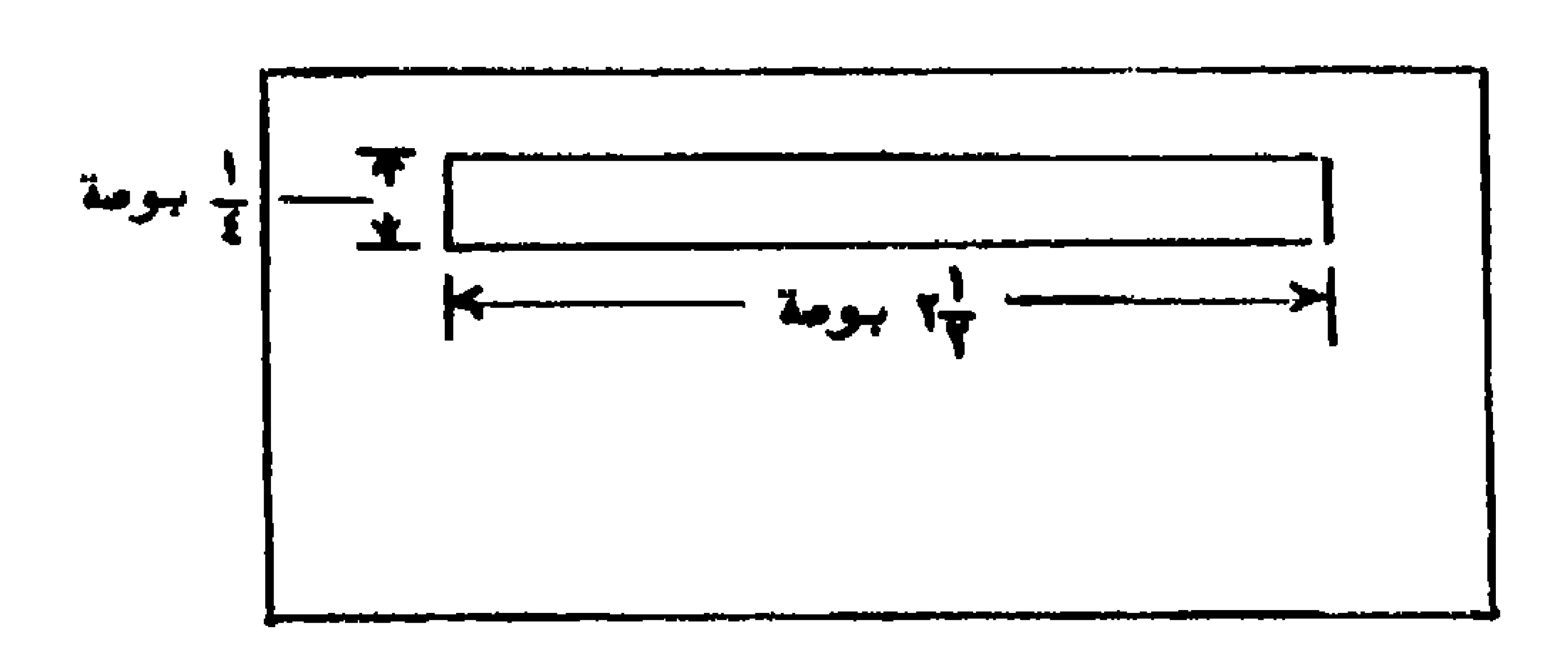
الآن اقرأ هذه بسرعة

الشكـل رقم (٤)

لا تردد ، لا حركات تقهقرية للعين ، لا قراءة مرتين للكلمة الـواحدة ، ولا اقحام مشتت ومتفرق للكلمات في التركيب الأساسي للجملة .

ويمكنك الإلغاءأوالتخفيض ـ وإلى حد كبير ـ من عدد حركـات الارتداد لديك . لقد كانت حركات الارتداد أو النكوص ضرورية بالنسبة لنا أثناء القراءة عندما كنـا في رياض الأطفـال أو الفصول الـدراسية الأولى ، أمـا الآن فينبغي تحـديد الاستفـادة منها وعـدم تحويلهـا إلى عادة . وبمعنى آخـر ، انـه ينبغي استخدامها بهدفية وبشكل محدود ـ أي في المواقع الضرورية جداً ـ.

والعين بامكانها تصحيح حركتها ذاتيـاً إذا كانت هنـاك الرغبـة من جانب الشخص . أما إذا كان الشخص لا يريد أن يعتمـد أو أن لا يثق في التصحيح الذاتي للعين فان بامكانه الإستفادة من بطاقة نافذة القـراءة لتساعـده في عملية الغاء الارتداد أو النكوص . والبطاقة هي عبارة عن مستطيل من الورق المقوى والذي في قسمه الأعلى مستطيل مقطوع بطول ($٢\frac{١}{٢}$) بوصة وبعرض ($\frac{١}{٤}$) بوصة . الشكل رقم (٥) يوضح بطاقة نافذة القراءة .



الشكل رقم (٥)

والآن ، جرّب البطاقة في قراءة العمود التالي بعد اعدادهـا ولاحظ مدى فائدتها في منعك من الارتداد أو النكوص . بالطبع ، لا تسمح لنفسك بتحريك البطاقة إلى أعلى أو إلى الوراء في أي وقت من الأوقات .

يترك صائد سرطانات البحر بيته ـ عادة ـ حوالي الساعة الثانية أو الثالثة صباحاً .

وعلى بعد عددٍ من الأميال من الساحل ، يصل إلى عددٍ من الفلينات الكبيرة الطافية .

ان كل فلينة طافية مربوطة إلى واحدة من مصائد السرطانات البحرية في عمق المحيط بحبال . وتسحب المصائد واحدة بعد أخرى . وتوضع السرطانات البحرية بعد ذلك في صندوق مغطى في القارب .

يقوم بعد ذلك صائد السرطانات باضافة طعم جديد إلى كل مصيدة ثم يعيدها جميعاً إلى قاع المحيط مرة أخرى . وكثيراً ما يصطاد أكثر من مائة سرطاناً بحرياً في اليوم الواحد .

أجب الآن على السؤالين التاليين حول المعلومات التي جاءت في العمود السابق بوضع خط تحت الإجابة الصحيحة لكل سؤال .

١ ـ إن الصياد ، ومن أجل صيد السرطانات البحرية ، يستخدم : (أ) الشباك ، (ب) الصنارة ، (ج) المصائد الصندوقية الشكل ، أو (د) الفلين .

٢ ـ إن صياد السرطانات البحرية يصيد ما يزيد يومياً من : (أ) ١٠٠٠ ، (ب) ٥٠٠ ، (ج) ٥٠٠٠ ، أو (د) ١٠٠ .

بعد الإجابة على السؤالين ، إرجع إلى العمود الذي قرأته للبحث عن الإجابة الصحيحة . كيف تجد قراءتك من دون الارتداد أو النكوص ؟ جرّب القراءة عدداً من المرات باستخدام بطاقة نافذة القراءة وستجد انها أصبحت أمراً سهلاً بالنسبة إليك في وقت قصير . كما انك ستكتشف أن الارتداد أو النكوص لا يضمن أي منهما فهماً أفضل .

ولنأخذ مثالاً حسابياً لتوضيح الأثر السيء الذي يتركه الارتداد أو النكوص ، سواءً الطوعي أو غير الطوعي ، على سرعة القارىء لأن أي ارتداد أو نكوص يصدر عن القارىء يؤدي بلا ريب إلى تخفيض سرعته بمقدار (٥٠) كلمة في الدقيقة . ولو فرضنا أن شخصاً قرأ لمدة ساعتين وصدر عنه ارتداد واحد في كل دقيقة ، فان عدد الارتدادات التي صدرت عنه خلال الساعتين هي (١٢٠) ارتداداً أو نكوصاً .

عدد الارتدادات = (١٢٠) دقيقة × ارتداد واحد في كل دقيقة = ١٢٠ ارتداداً .

أما عدد الكلمات التي خسر قراءتها من جراء الارتدادات المائة والعشرين فهي = (١٢٠) ارتداداً × (٥٠) كلمة في الدقيقة = ٦٠٠٠ كلمة .

وإذا ما قسمنا الستة آلاف كلمة على (٢٠٠) كلمة في الدقيقة (معدل سرعة القارىء العادي) فان الناتج هو (٣٠) دقيقة صرفت في عملية الارتداد وخلال قراءة لمدة ساعتين .

وبمعنى آخر ، فان القارىء وبالرغم من انه قرأ لمدة ساعتين إلّا انه أضاع نصف ساعة منها في عملية الارتداد أو النكوص .

إذن ، فالخطوة الأولى لتحقيق القراءة السريعة تتمثل في الغاء حركات العين غير الضرورية والتي تسمى بالارتداد . حاول في قراءاتك القادمة أن تقرأ من دون المرور على الكلمات أكثر من مرة واكتشف الفرق من جراء ذلك . بالطبع ، تذكّر أن عملية الارتداد أو النكوص هي عادة اكتسبناها من الأيام الأولى التي تعلمنا فيها القراءة ، وان القراء السريعين لا يمكن ان يقال عنهم انهم الغوا بالكامل حركات الارتداد أثناء القراءة ، إلّا انهم ولا شك يحرصون على ان تكون في أدنى مستوى لها . وتؤدي حركات الارتداد إلى مساوىء ثلاث بالنسبة للقارىء إذ : (١) تخفض من معدل سرعته ، (٢) تسبب ارهاقاً لعينه ، و (٣) تعيق فهمه .

دعنا الآن نجرّب النظرية عملياً وذلك بقراءة الفقرة التالية مع تجنب الارتداد . بعد الإنتهاء من القراءة ، دون النتائج في الجدول الذي في آخر الكتاب ولاحظ التحسن الذي حصل .

القراءة رقم (٢)

نظرية في الارتداد

ان بعض حركات العين التي تمارس أثناء القراءة ليست ضرورية حقاً . وأن واحدة منها هو الارتداد والذي يحدث من جراء القراءة المتكررة للكلمة أو لعدة كلمات قد تمت قراءتها في السطر الواحد . ويمكن اعتبار الارتداد حركة مستهلكة ومضيعة للوقت وبلا قيمة واضحة ، إلّا أن القراء السريعين قد تصدر عنهم بعض الحركات الارتدادية وهنا لا يمكن اعتبارها غير مطلوبة . ولكن من الواضح جداً لكل ذي عقل أنه إذا كان بالامكان التخلص من حركات العين غير المفيدة فان معدلي السرعة والفهم سيزدادان ولا ريب .

١ ـ ان غالبية حركات العين التي تمارس أثناء القراءة ليست ضرورية . . . .

٢ ـ ان الارتداد يحدث عندما تكون حصيلة القارىء من المفردات غير وافية . . . .

٣ ـ ان القراء البطيئين هم الذين يقومون بحركات ارتدادية أكثر من أولئك القراء السريعين . . . .

٤ ـ إن القراءة تتحسن بواسطة خفض الحركات الغير المفيدة للعين . . . .

٥ ـ ان الارتداد يمكن أن يعتبر خسارة ومن دون قيمة واضحة . . . .

القراءة رقم (٣)

المزيد حول الارتداد

إن الحاجة للارتداد في بعض المناسبات أثناء القراءة موضع جدل شديد . فالبعض يقولون بأنه لا ينبغي ممارسة الارتداد تحت أي ظرف من الظروف ، بينما يقول آخرون بأهمية ذلك ـ خصوصاً ـ إذا كان من أجل توضيح معنى يزيد من مستوى الفهم . ويبدو أن هناك شواهد تقول بأنه حتى القراء الجيدين يمارسون الارتداد والنكوص من وقت إلى آخر . ومن المحتمل أن يؤدي الادراك غير الوافي أو الحصيلة الفقيرة من المفردات إلى بعض الارتداد . كما أن نوعية المادة المقروءة قد تؤدي في بعض الحالات إلى الارتداد . إلّا أنه ليس هناك مجالاً للشك في أن القرّاء السريعين لا يمارسون الارتداد إلّا نادراً .

١ ـ انه لمن المتفق عليه بأن الارتدادات مسموح بها في أوقات . . . .

٢ ـ أن لطول السطر أثر على الارتداد . . . .

٣ ـ يمكن أن يكون الادراك والمفردات عاملين مسببين

للارتداد . . . .

٤ ـ هنـاك شـواهـد عـلى ان الـقـرّاء الـجـيـديـن لا يـمـارسـون الارتداد . . . .

٥ ـ الارتداد أو عدمه يمكن أن يعتمدا على ما تقرأ . . . .

بعد الإنتهاء من القراءة والإجابة على الأسئلة ، دوّن النتائج التي حصلت عليها في الجدول الذي في آخر الكتاب ثم لاحظ التحسن الحاصل بالمقارنة مع النتائج السابقة .

« ٣ »

مجال الرؤية ووحدات الأفكار

والآن ، أنت مستعد للخطوة التالية . ان تعابير مثل المقطع المقروء واتساع مجال الرؤية ووحدات الأفكار تستخدم كثيراً للتعبير عن شيء واحد : كم كلمة يقوم القارىء بقراءتها في لمحة واحدة . ان كثيراً من الناس يظنون بأن العين تتحرك بحركة مستمرة فوق الكلمات المكتوبة في السطر الواحد ، إلاّ أن الأمر ليس كذلك . فالعين تقوم بقفزات متسلسلة فوق كل سطر مكتوب . ان قفزات العين المتّسارعة فوق الكلمات المكتوبة تجعل الإنسان يظن بأن العين تؤدي حركة مستمرة . وفي الحقيقة ، يمكن مقارنة ما يحدث أثناء القراءة بالفيلم السينمائي والذي هو عبارة عن صور مقطعة ومجموعة إلى بعضها البعض بسرعة عالية بحيث تظهر للرائي بأنها صورة واحدة مستمرة .

إذن ، فالسر وراء القراءة السريعة هو: كلما كانت الكلمات التي تراها في وقت واحد أكثر ، كلما كانت سرعتك أكبر . أما إذا كنت لا تزال تشك في ذلك ، فحاول أن تنظر إلى عيني صديق لك وهو يقرأ . هل تراهما تتحركان بحركة مستمرة أم تراهما تؤديان قفزات فوق السطور المكتوبة ؟ بالطبع ، إذا كان صديقك من القراء البطيئين فانه سيصعب عليك رؤية قفزات عينيه وذلك لضيق

مجال الرؤية لديه ، أما إذا كان من القرّاء السـريعين فانـه سيسهل عليـك رؤية ذلك إذ انها حركات واسعة وكبيرة .

اتساع مجال الرؤية

ان الأساس للتطور الغريب في سرعة وفهم كثير من الناس هو ببساطة هذا الشيء ـ اتساع جيد في مجال الرؤية لديهم ـ. وانه لمن الواضح أنه إذا كنت تقرأ كلمة واحدة في كل قفزة من قفزات عينك ثم بدأت ـ فيما بعد ـ تقرأ كلمتين أو ثـلاث ، فان سـرعتك ستتضـاعف بنفس النسبة أي مـرتين أو ثلاث (٢٠٠٪ ـ ٣٠٠٪) ! بالطبع ، يمكن توسيع الزيادة إلى أربع كلمات أو خمس ، بل إلى أكثر من ذلك ـ إلى حيث تأخذك طاقاتك ومحرضاتك . وما ينطبق على السرعة يمكن ان ينطبق على مستوى الفهم لان الكلمات ومعانيها تكتسب أهمية أكبـر عندما تتم قراءتها بالمقارنة والمشاركة مع كلمات أخرى . أي انها تشبه أحجية الصور المتقطعة . فالقطعة الواحدة لا يمكن أن تعطي صورة واضحة لما يمكن أن تكون عليه الصورة الكاملة أو النهائية . ان ما يحدث بالنسبة للقراءة هو تماماً مـا يحدث بـالنسبة لأحجيـة الصور المتقـطعة إذ انـه كلما ازداد مجـال الرؤيـة اتساعاً ، كلما ازدادت السرعة وارتفع مستوى الفهم .

ان فهم واحـدة من حركـات العين الأساسيـة ، جعـل كثيـراً من النـاس يسلكون طرقاً مختلفة من أجل تطويـر مجال الـرؤية لـديهم أو مستوى الادراك عندهم . بالطبع ، هناك طرق مختلفة وتقنيات عملية والتي يمكن استخدامهـا من أجل تطوير مجال جيد للرؤية . ولكن ينبغي أن نضع في الحسبان أن لكل شخص ايقاعاً أساسياً بالنسبة لحركات مجال الرؤية . وهذه تختلف من شخص إلى آخـر أو من قارىء إلى آخـر . ان مجال الـرؤية هـو واحد من بين عنـاصر أساسية يتخذ لحساب الفرق بين سرعات الناس في مجال القراءة . وسوف نرى من خلال الأمثلة التالية ان هناك فرقاً مهماً بين مجال الرؤية لشخص يقرأ كلمة واحدة في كل قفزة وبين مجال الرؤية لشخص سريع القراءة .

لاحظ أن الشخص البطيء أو الشخص الذي يقرأ كلمة كلمة هو شخص يقرأ كلمة واحدة في كل قفزة بينما يقرأ الشخص السريع القراءة سطراً كاملاً أو على الأقل نصف سطر في كل قفزة . ان كل قارىء في الأمثلة التالية يقرأ ما بين علامتين (/) جارتين . وعليك ان تقرأ الأمثلة على أن تحرك عينيك بين كل علامتين (/) متجاورتين وسوف تتمكن من رؤية الفرق الذي يخلقه مجال الرؤية في القراءة .

قارىء الكلمة كلمة .

ليس / هناك / قول / حول / عدد / المواقيت / المحلية / التي / كانت / في / الولايات/المتحدة / الأمريكية / قبل / اقرار / التوقيت / المعتمد / رسمياً / .

قارىء أكثر سرعة من الأول .

ليس هناك / قول حول / عدد المواقيت / المحلية التي / كانت في / الولايات المتحدة / الأمريكية قبل / اقرار التوقيت / المعتمدرسمياً / .

قارىء أكثر سرعة من الثاني .

تعتبر ساندياغو / أقدم مدينة / في كاليفورنيا . / انها تقع / على خليج سانديـاغو . / ان المدينة تقع / على بعد ١١٠ ميلاً / جنوب مدينة لوس أنجلوس / و١٥ ميلاً فقط / من الحدود المكسيكية . / وتعود / أهميتها / إلى مينائها الممتاز / .

القارىء السريع .

تماماً ما هو الطائر ؟ / يمكن أن تقول / أن الطائر هو حيوان يطير . / لكن الفراشات تطير وهي حشرات / والخفافيش وهي من الثدييات تطير كذلك . / الطيور تمتلك ريشاً . / وليس هناك حيوان يمتلك ريشاً . / إذن ،

الريش وليس الطيران / هو الذي يفرق بين الطيور والحيوانات / .

لاحظ أنه كلما كان القارىء أسرع ، كلما كانت رؤيته أو مشاهدته للكلمات أكثر في كل قفزة من عينه . أي بمعنى آخر ، أن مجال الرؤية يكون أوسع كلما قرأ الشخص بشكل أسرع . ولكي تكون قارئاًسريعاً ، عليك أن تدرب نفسك على رؤية كلمتين أو ثلاث أو أربع في كل قفزة أو وقفة . وهذا ما يجعل كثيراً من الناس يطلقون على هذا النوع من القراءة تسمية القراءة المقطعية . وفي الحقيقة ، انك في القراءة السريعة تقرأ مقطعياً أو تقرأ مجموعات كبيرة من الكلمات . وانك تتعلم ذلك من خلال توسيع مجال الرؤية من كلمة إلى كلمتين وإلى أربع وإلى خمس كلمات وإلى سطر كامل في كل وقفة أو قفزة .

ان هناك مجموعة من الحقائق التي ينبغي علينا مراجعتها والتأكيد عليها في هذا الموقع وهذا الوقت .

الأولى : انك تقرأ بشكل أسرع وتفهم بشكل أكبر عندما تستخدم الطريقة المعتمدة على توسيع مجال الرؤية . ان كلاً من سرعتك وفهمك يزدادان كلما ازداد مجال الرؤية اتساعاً .

الثانية : ان الطريقة المعتمدة على مجال الرؤية تسمح لك بتنمية كفاءاتك في مجال القراءة من دون أن تضطرك إلى الغاء أوتجاوز أية كلمة . وهذا ما يزيل حالة القلق من عند كثير من الناس والمتولد من خوفهم على فقدان حالة الفهم . انهم يريدون تعلم القراءة السريعة ولكنهم في الوقت ذاته لا يريدون أن يتجاوزوا أية كلمة لانهم يخافون من فقدان بعض الأشياء . ان لهم في الطريقة المعتمدة على توسيع مجال الرؤية جواباً . فالفهم لا يتأثر ، السرعة تنمو وتتطور ، وليست هناك أية مخاطرة باضاعة أي من الكلمات المفتاحية والتي يحتمل أن تكون مهمة للفهم أو الاستيعاب .

وإليك الآن بعض التمارين التي تهدف إلى تمرين العينين على استخدام الطريقة المعتمدة على توسيع مجال الرؤية . حاول أن تقرأ بأكبر قدر من السرعة مقطعاً مقطعاً .

ان اللعبة الوطنية
في الولايات المتحدة الأمريكية
هي البيس بول .
ولاكثر
من قرن ،
الصغار كما الكبار ،
قد استمتعوا بممارسة
أو مشاهدة اللعبة .
من البدايات المبكرة للربيع
وحتى النهايات المتأخرة للخريف ،
اللاعبون والمعجبون
يطلقون صرخات
« العب الكرة ! » .
ان لعبة البيس بول
تمارس في كل الولايات .
في كل عام ، أكثر من
٣٦ مليوناً من المشاهدين
يحضرون لمشاهدة الألعاب
التي تؤديها
الفرق المحترفة .
بالاضافة إلى ذلك ،

أكثر من
٥٠ مليوناً
يشاهدون الألعاب
التي تؤديها
فرق منظمة
من أصناف المحترفين والهواة .
الراديو والتلفزيون
ينقلان نتائج الألعاب
لعبة بعد لعبة .
الصحافة والأرقام
النتائج والأرقام
بشكل تفصيلي .

كيف كانت قراءتك ؟ سهلة ؟ أنظر كيف أن القراءة المقطعية المكونة من كلمتين أو ثلاث يمكن أن تزيد من سرعتك وفهمك حقاً !

طبق نفس التقنية السابقة على القراءتين التاليتين ثم دوّن النتائج في الجدول في آخر الكتاب . تذكّر ان تقرأ من دون ارتداد أو نكوص وأن يكون مجال الرؤية بأوسع ما يمكن .

القراءة رقم (٤)

القراءة ومجال الرؤية

يحتمل أن يكون هناك من طرق القراءة السريعة ما يعادل عددياً طرق ارتداء الملابس في الصباح . ولكن ، حتى في ارتداء الملابس ، من الضروري أن تضع الأشياء بالترتيب . فمثلاً ، ليس من العملي أن تلبس الجوراب بعد أن تضع الحذاء في رجلك . لذا يلزمك أن تتعلم كيف ترى كلمة

أو كلمتين في كل لمحة قبل أن تتمكن وبشكل دقيق من رؤية أربع أو خمس كلمات . وبمعنى آخر ، أنه يلزمك أن تتعلم رؤية مجموعات قصيرة من الكلمات قبل أن تحاول رؤية المجموعات الأطول ، كما ويلزمك رؤية المقاطع قبل محاولة رؤية الجمل . إن الطريقة المعتمدة على مجال الرؤية هي واحدة من الطرق المفتاحية لتعلم القراءة السريعة .

١ ـ هناك طريقة أو طريقتان لتعلم القراءة السريعة . . . . . .

٢ ـ ينبغي اتباع بعض الخطوات الأساسية والخاصة . . . . . .

٣ ـ الكلمات والجمل الطويلة ، يمكن أن يقرأها القارىء بنجاح منذ البدايات المبكرة . . . . . .

٤ ـ لكي تتجنب الإرهاق ، ينبغي أن تمارس القراءة بطريقة خاصة . . . . . .

٥ ـ إقرأ وبلمحة واحدة منذ البدايات الأولى . . . .

القراءة رقم (٥)
البحث عن الذهب

ان البحث عن المعدن الثمين المسمى بالذهب جعل الرجال يحفرون عميقاً في باطن الأرض . ويحتمل أن يكون أقدم منجم للذهب في العالم هو مكان في أفريقيا حيث حفر رجال المناجم الأوائل هناك بحثاً عن الذهب . ومنذ فترة ليست بالبعيدة ، عندما قام الرجل العصري باكتشاف هذا المنجم القديم ، وجد عظام واحد من رجال المناجم القدماء عميقاً في باطن الأرض .

منذ قرون مضت ، زحف ذلك الرجل إلى ذلك المكان باحثاً عن بعض الذهب . انهدم سقف المنجم فمات الرجل مدفوناً داخله . وبالاضافة إلى عظام الرجل ، كانت هناك بعض القطع من الذهب التي بحث عنها في الجدران الصخرية . كما كانت هناك أيضاً آلة الحفر التي صنعها من قرن غزال .

١ ـ إن أقدم منجم للذهب في العالم هو في أفريقيا . . . .

٢ ـ إن الالماس هو أثمن من الذهب . . . .

٣ ـ لقد كانت آلة الحفر التي استخدمها الرجل من نوع أولي من الحديد . . . .

٤ ـ ان إنسان ما قبل التاريخ هو الذي حفر باحثاً عن الذهب . . . .

٥ ـ لقد انهدم الكهف واحتجز الرجل بداخله . . . .

طبق هذه التقنية على قراءاتك اليومية . ولقد وجدت أن كثيراً من المجلات جيدة جداً للتمرين في مجال القراءة السريعة . وفي الحقيقة ، ان غالبية المجلات والدوريات جيدة لهذا الهدف لأنها تحتوي على أعمدة ضيّقة وسطور لا تتجاوز في عرضها الثمان كلمات . والباحثون قد وجدوا في ذلك سبباً رئيسيا لشعبية وانتشار المجلات . ان شعبية المجلات ليست فقط لاحتوائها على مواضيع شيقة ولكن لكونها تحتوي على أعمدة ضيقة سهلة القراءة . وبينما تحوي المجلات على أعمدة في الصفحة الواحدة يتراوح عددها بين الاثنين والأربعة ، نجد غالبية الكتب تحتوي على عمود واحد يملأ كل صفحة منها . ان الكتب التاريخية صعبة القراءة بشكل خاص لان أعمدتها عريضة جداً بحيث تحتاج إلى مجال رؤية كبير جداً . اما الصحف . فان عرض أعمدتها مختلف وبالتالي فان قراءتها تتراوح بين الصعوبة وعدمها . ان المجلات والكتب ذات الأغلفة المجلدة ، التي تحتوي على أعمدة ضيقة ومسافات بين السطور كبيرة ، هي السهلة في القراءة وهي الصالحة للتمرين على القراءة السريعة .

وحدات الافكار

ان تقنية وحدات الأفكار تشبه إلى حدٍ كبير تقنية مجال الرؤية مع بعض الإختلاف . فالفكرة من ورائها هي التعود على قراءة الأفكار واحدة بعد أخرى

بغض النظر عن عدد الكلمات . وهذه تعتمد اعتماداً كبيراً على القارىء إذ تحتاج منه إلى مرونة فائقة لان عليه أن يقوم بتأدية حركات عينه بالشكل الذي يتناسب وطول كل فكرة . ان هذه التقنية تشدد على أن يخصص كل التركيز للإمساك بأفكار المؤلف وآرائه . كما أن توسيع مجال الرؤية من كلمة إلى كلمتين أو أكثر يلغى لصالح التركيز على الوحدات الكبيرة من الأفكار الواردة في المادة المقروءة .

فمثلاً ، بهذه الطريقة أو الكيفية يمكن قراءة الفقرة التالية بالإعتماد على تقنية وحدات الأفكار :

اليوم هو الحادي والعشرون من مارس . / انه يوم جميل . / وهو أيضاً يوم عيد ميلادي . / انني أتساءل : من سيتذكر ذلك ؟ / .

ان المأخذ الوحيد على تقنية وحدات الأفكار هو انها تحتاج في كثير من الأحيان إلى مرونة أكثر من المعدل الذي يمتلكه القارىء . ولنتذكر أن غالبية القراء يقرأون كلمة واحدة في كل قفزة أو لمحة ، كما انهم يقرأون الكلمات كلمة بعد أخرى في شكل تسلسل أفقي من خلال كل سطر . لذا فان توقع تحولهم من حال إلى آخر أكثر صعوبة هو موضع تساؤل . ولكن بالرغم من ذلك ، فتقنية وحدات الأفكار هي تقنيةٌ رائعةٌ إذا كان بالإمكان اتقانها إذ انها تزيد من السرعة بشكل عظيم .

وبغض النظر عن كونك تحب تقنية مجال الرؤية أو تقنية وحدات الأفكار ، فان خبراء القراءة متفقون على أن السر الرئيسي وراء القراءة السريعة يكمن في فهم مجموعات كبيرة من الكلمات ذات المعنى في كل لمحة أو قفزة . ان الشخص الذي ينظر إلى كل كلمة على حدة أو كلمتين في كل لمحة أو قفزة يستطيع أن يمسك فقط بأجزاء صغيرة من الأفكار ، وبالتالي يهبط معدل السرعة والفهم لديه . من هنا ، فانه لمن الضروري أن ينمي الإنسان في نفسه

عـادة الأخذ بمجمـوعة كبيـرة من الكلمات، قـدر الامكان ، في كـل لمحة أو قفـزة . ويقول المؤيـدون لتقنية أو نـظرية وحـدات الأفكار انـه لا ينبغي الأخذ بمجموعة من الكلمات فقط وانما لابد من الأخذ بمجموعات من الأفكار .

وينبغي أن تتدرب على أن تجبر نفسك على القراءة بأسرع ما يمكنك . وإذا ما كافحت بوعي من أجل ان تقرأ بسرعة فان أساليب القراءة الجديدة سوف تحل محل الأساليب القديمة وستصبح القـراءة السريعـة عادة دائمـة . المقطع التالي سوف يريك كيف تمسك بمجموعات الكلمات ذات المعنى أو بوحدات الأفكار . أنظر إذا كان بامكانك أن تأخذ بمجموعة كاملة من الكلمات في كل لمحة أو قفزة . اشحذ كل طاقاتك العقلية بأسرع ما يمكن وامسك بالفكرة التي تحتويها كل مجموعة من الكلمات . جرب ذلك مع هذا المقطع :

العداؤن

فقط ، قبـل سنوات قليلة مضت / إذا كنت قـد فكرت في عـدائين ، / فانك قد فكرت في أولئك القلة من الرجال الشباب / الذين كانوا يركضون حول حلبة السباق / في المدرج المحلي . / يا إلهي ، كيف تغيرت الأشياء . / ان عدائين الوقت الحاضر هم في كـل مكان . / وحتى كلمـة عداء / أصبـح لها معنىً جديداً / وأصبحت كلمة منزلية . / واليوم ليس من غيـر الإعتيادي / ان ترى رجالاً ونساءً ومن كل الأعمار / يركضون في كل مكان ، من حول الحديقة الخلفية إلى حول بيوت الجيران . / .

والآن ، حـاول أن تقوم بتقسيم مقـطع آخر إلى وحـدات أفكار بـالشكل الذي تراه مع ملاحظة عدم وجود طريقة معينة لذلك . بعد التقسيم ، حاول أن تقرأ المقطع بسرعة وذلك عبر قراءة كل فكرة في لمحة واحدة أو قفزة واحـدة . بالـطبع ، إن هـذه الكفـاءة الجـديـدة أو التقنيـة الجـديـدة تستغـرق وقتـاً وجـهـداً في تعلمها ، إلاّ أن تطبيقها في القراءة اليومية سوف يعطي نتائج في وقت قصير .

استنتاج

في الأساس ، تتحدث تقنيتنا (مجال الرؤية ووحدات الأفكار) عن شيء واحد بالنسبة للشخص الذي يتعلم القراءة السريعة . ذلك الشيء هو أن زيادة معدلي السرعة والفهم تعتمد على قراءة مجموعات كبيرة من الكلمات . وانه لمن الضروري بالنسبة إليك أن تجرب كلتا التقنيتين ومن ثم التمسك بالتي تعطيك أحسن النتائج وتشعر نحوها بالإرتياح .

والنتيجة النهائية هي أن كل إنسان يمكنه أن يتعلم قراءة مجموعات كبيرة من الكلمات عن طريق عدد معقول من التمارين . عليك أن تتمرن وتواظب على التمرين حتى تتمكن من اتقان ذلك . بالطبع ، ان مكافأتك سوف تكون زيادة سرعتك وزيادة مستوى الفهم لديك .

بالمناسبة ، في المراحل الأولى ، لا ينبغي أن تركز كثيراً على مسألة الفهم والاستيعاب . تعلم كل التقنيات الجديدة حتى تتقنها جيداً . ومن ثم ركّز على المحتوى . حاول أن تلغي الارتداد أولاً ، وبعد ذلك وسّع من مجال الرؤية لديك . واما الفهم فسيأتي في مرحلة لاحقة . وليس عجيباً أن نجد تشابهاً بين تعلم الضرب على الآلة الكاتبة وبين تعلم القراءة السريعة . فالمطلوب ممن يريد أن يتعلم الضرب على الآلة الكاتبة أن يتعلم كيف يطبع بأسرع ما يمكن كمرحلة أولى ، ثم يتبع ذلك بالإهتمام بالدقة والاتقان . ان عليك الآن أن تركز جهدك وعبر استخدام التقنيات الجديدة من أجل زيادة سرعتك حتى حد الارضاء .

قبل أن نودّع هذا الفصل ، نشير إلى أن البعض لا يعتبرون القراءة نشاطاً عملياً مرتبطاً بحركة العين وانما يعتبرونها عملية سيكولوجية تأخذ موقعها في دماغ القارىء . وبمعنى آخر ، على القارىء الذي يريد أن ينمي من سرعته وفهمه أن يلجأ إلى عالم نفساني . وهذا في رأيي يشبه بشكل كامل ارسال من

يشتكي من السمنة إلى طبيب نفساني بدلاً من أن نطلب منه التقليل من مقـدار السعرات الحرارية التي يتناولها يومياً . ان على كل من يـريد أن يكـون قارئاً سريعاً أن يكون واعٍ لحركات عينيه وأن يستبدل السيء منها بتلك الأكثر فاعلية وجدوائية .

ومن الآن فصاعداً وعندما تقرأ ، تذكّـر : لا للارتـداد والنكوص ! تقـدم للأمام كلما شعرت بضـرورة الارتداد والنكـوص . لا تتوقف عنـد الكلمات . استمر في الحركة ! لا تقلق حول مستوى الفهم في الوقت الحاضر . وسّع من مجال الرؤية لديك . استخدم مختلف التقنيات في قراءتك اليومية . انك على الطريق نحو قراءة أفضل وأسرع !

« ٤ »

ثلاثة انواع رئيسية من القراء

هناك ثلاثة أصناف رئيسية من القـرّاء ومن الضروري أن تعـرف إلى أي صنف تنتمي حتى تتمكن من الاستمرار في التطور وتنمية ملكة القراءة لديك .

القراء الآليون

ان الصنف الأول من القـرّاء يطلق عليهم القـرّاء الآليـون . وهم الـذين يحركون أجزاءً من أجسادهم أثناء القراءة . أي انهم يعتبرون القراءة وتحـريك بعض الأجزاء من الجسم شيئين متلازمين . ان انتزاع الحركة منهم أثناء القراءة هو بمثابـة انتزاع للفهم إذ ان ذلـك يعتبر اخـلالاً لنمطهم المحبّذ في القراءة . وبالنسبة لهم ، انه كلما ازداد الجسم تحركاً كلما ازدادت القراءة سرعة والعكس صحيـح كـذلـك ، أي كلمـا انحفضت حـركـة الجسم كلمـا انخفضت سـرعـة القراءة .

في واحد من الفصول الدراسية التي كنت أدرِّس فيـه القراءة السـريعة ، كان هناك شخصٌ يدعى « جو » . في استراحة الجلسـة الأولى قال لي : « لم أحـاول أبداً في حيـاتي القراءة بسـرعة » . ثم بعـد دقائق قليلة قـال مضيفـاً : « ولسبب ما ، فان ساقيّ يقتلانني من شدة الألم » . ولـمّـا لا ، فهو لا يستطيع

ان يقرأ بسرعة إلّا إذا حرك ساقيه بشدة . ان عشرين دقيقة من القراءة السريعة تعني عشرين دقيقة من التحريك الشديد للساقين . نعم ، لقد كان « جو » قارئاً آلياً .

أما « توم » فهو مثال آخر للقارىء الآلي . لقد كان يحرك أذنيه كلما قرأ . القراءة البطيئة كانت تواكبها حركة اذن واحدة ، أما القراءة السريعة فكانت تواكبها حركة الأذنين معاً . كان « توم » في السنة الأخيرة من المرحلة الثانوية وكان يطمح إلى دراسة القانون ، إلّا انه لم يكن يريد أن تلازمه حركة الأذنين أثناء القراءة خصوصاً وانها ستكون كثيرة في الجامعة . انه لم يكن يريد الإعتماد على حركة الأذنين من أجل أن يقرأ بشكل أسرع وأفضل .

بالطبع ، ان الإعتماد على تحريك عضو من أعضاء الجسم من أجل القراءة ليست فكرة جيدة من الأساس ، إذ ان التحريك يؤثر على مرونة وسرعة القراءة سلبياً . انك لا تستطيع أن تقرأ بسرعة أكبر من سرعة تحريكك لأي عضو من أعضاء جسمك .

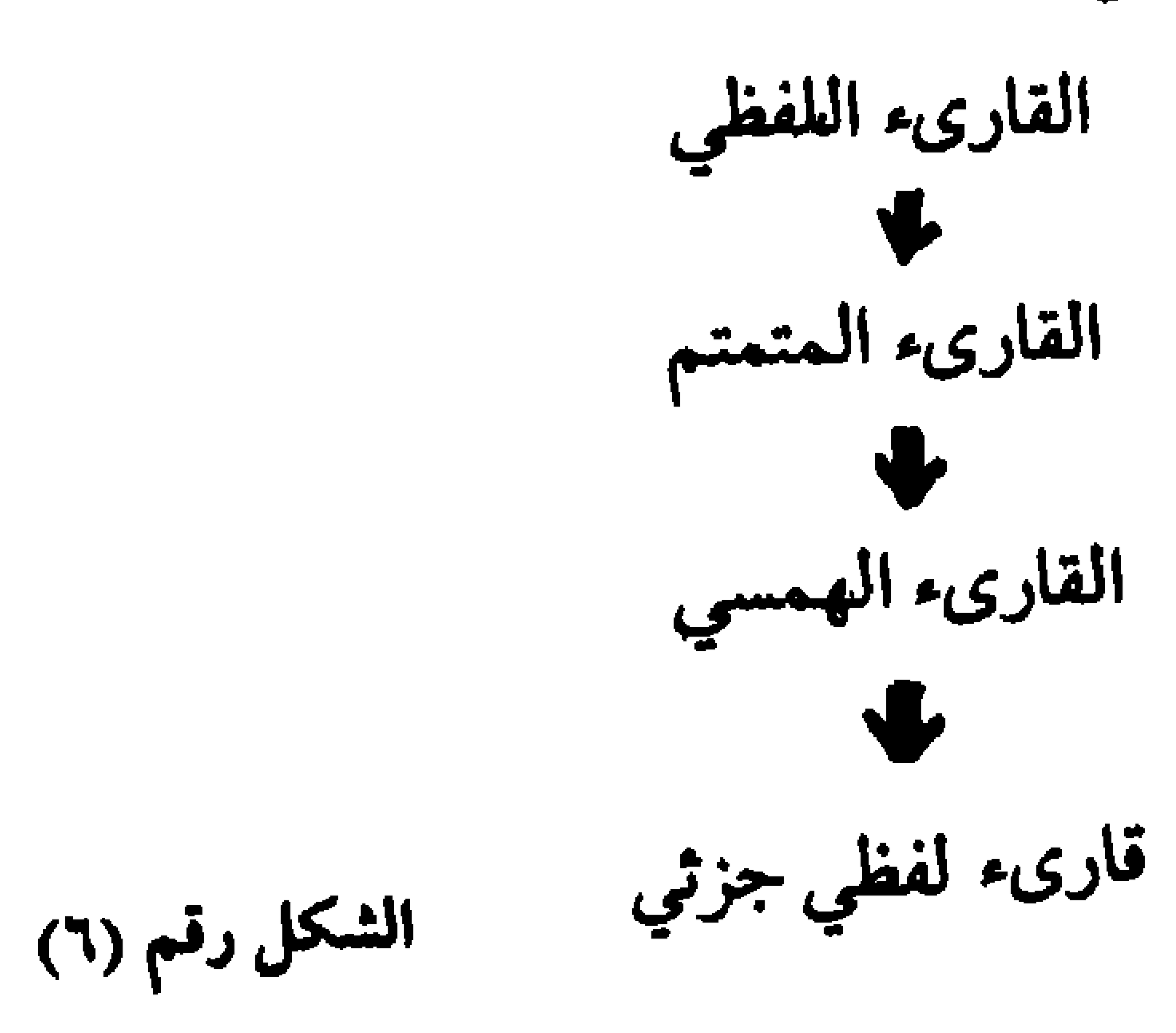
ان القرّاء الآليين هم الأبطأ من بين الأصناف الثلاثة الأساسيين من القرّاء . ومن أجل تصحيح هذه العادة ـ وهي كذلك ـ عليك أولاً ان تكون واعياً بما تفعل . أطلب من أحد أصدقائك أن يراقبك وأنت تقرأ ليقول لك فيما إذا كنت تحرك رأسك أو أي عضو من أعضاء جسمك أثناء القراءة . وإذا كنت كذلك ، فانه سيتوجب عليك أن تعمل من أجل التخلص من تلك العادة تماماً كما تتعلم الخطوات الجديدة من أجل القراءة السريعة كما هي مبينة في هذا الكتاب .

القراء السمعيون

الصنف الثاني من القرّاء هم القرّاء السمعيون . ويقرأ هؤلاء بسرعة أكبر من سرعة القراء الآليين لأنهم لا يعتمدون على حركات بدنية أثناء القراءة . ان الشيء الذي يفعلونه هو سماعهم للكلمات أثناء القراءة .

ان القـرّاء السمعيين ، وحتى في القراءة الصـامتـة ، يشكلون الكلمـات تماماً كما لو كانوا يتحدثون بها . انهم يرون كل ما هو مطبوع في الوقت الذي يسمعـون فيه الأصـوات المرافقـة والمـلازمـة لهـا . ان الإعتمـاد على سمـاع الكلمات أثناء القراءة معناه أن سرعة القـارىء تتنزل إلى معـدل سرعـة القراءة الشفهيـة . وبمعنى آخر ، انـه ـ أي القارىء ـ لا يستـطيع أن يقـرأ أسرع ممـا يستطيع أن يتكلم .

بالطبع ، هناك تنوع كبير في مجال القراءة السمعية :



الشكل رقم (٦)

دعنا الآن ننظر إلى القراء اللفظيين الذين هم أبطأ القراء السمعيين . انهم ينطقون الكلمات بصوت عال أثناء قراءتها . ألم تسمع إلى هؤلاء وهم يقرأون في المكتبات العامة . انهم يظنون انهم يقرأون لأنفسهم ولكن كـل من حولهم يستـطيعـون سمـاعهم . بـل وليس من الغـريب أن لا ينتبهـوا للمسؤولين في المكتبات وهم يطلبون منهم القراءة بصمت .

اما النوع الثاني فهم القرّاء المتمتمون الذين يقرأون بسرعة أكبر من القرّاء اللفظيين . وفي العادة يكون مثل هؤلاء ممن يدرسون لامتحان مهم . بالطبع ، القراءة التي ترافقها التمتمة هي قراءة بطيئة ومعوقة للفهم . أي على العكس مما يتطلع إليه القرّاءُ المتمتمون الـذين ينشدون مستـوى عال من الفهم من خـلال

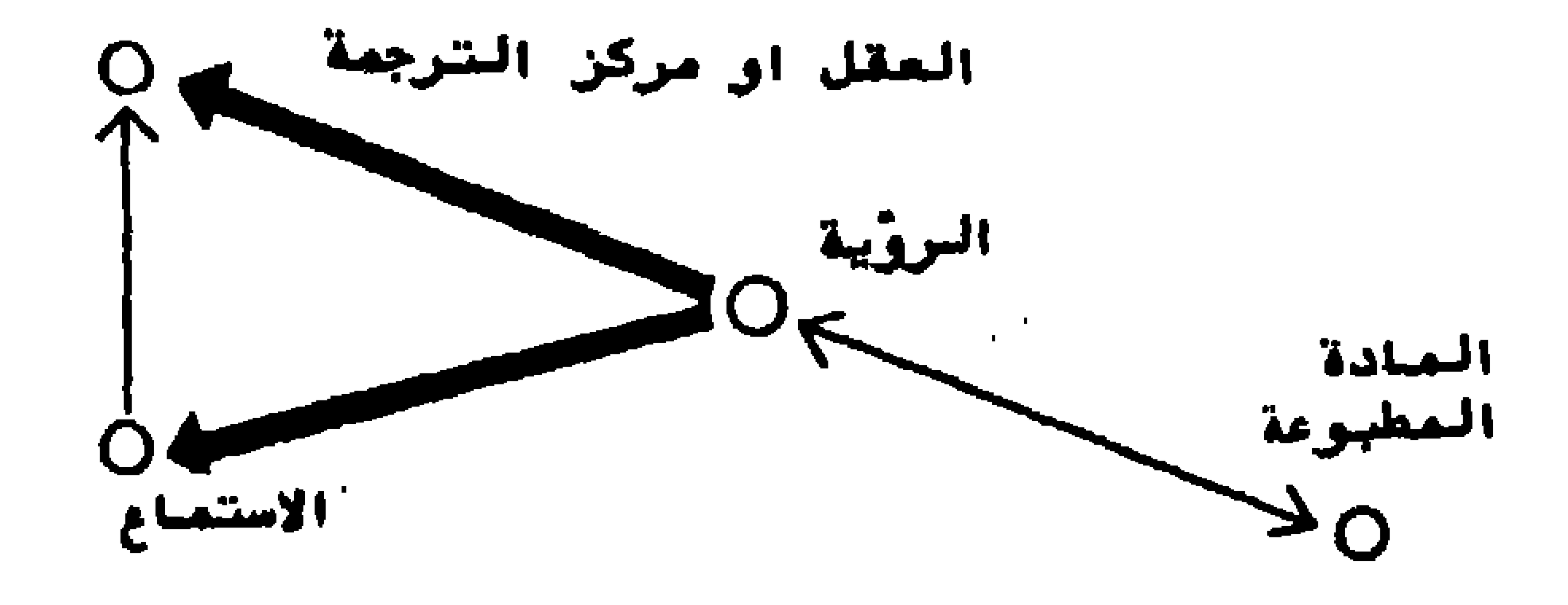
القراءة المرفقة بالتمتمة .

ويأتي في المرتبة الثالثة القراء الهمسيون الذين يقرأون بسرعة تفوق قليلاً القراء اللفظيين والقراء المتمتمين . ان ما يفعله القراء الهمسيون هو شبيه بما يفعله القراء المتمتمون مع بعض الإختلاف إذ انهم لا يقرأون كل كلمة بصوت عال أو بتمتمة .

وهناك نوع آخر من القراء الذين تقع مرتبتهم بين النوع الثالث والنوع الرابع وهم القراء الهزازون ، أي الذين تتحرك ألسنتهم أو تفاحة آدم لديهم أثناء القراءة . بالطبع ، قد لا يستطيعون مشاهدة حركة ألسنتهم أو تفاحة آدم في أغلب الأحيان . إلّا أن القارىء يمكن أن يمتحن نفسه ليعرف فيما إذا كان يحرك لسانه أو تفاحة آدم أثناء القراءة وذلك بوضع قلم رصاص في فمه أو وضع أحد أصابعه على تفاحة آدم . ان الحركة الإهتزازية للسان أو لتفاحة آدم تعيق ولا شك السرعة ، لذا فكّر جدياً كم ستكون عليه سرعتك بدونها .

ويبقى النوع الرابع من القراء السمعيين وهم القراء اللفظيون جزئياً . وفي الحقيقة ، يعتبر هذا النوع من أكثر الأنواع تعقيداً وغموضاً إذ لا يمارس القارىء تلفظ الكلمات بصوت مسموع ولا يتمتم ولا يهمس ولا يقوم بحركة إهتزازية . انه أي القارىء اللفظي جزئياً ، يقوم بسماع كل كلمة عقلياً أثناء القراءة .

ان عملية القراءة السمعية ، في اعتقادي ، هي - بشكل كبير - نتيجة لتعلم القراءة بالطريقة الصوتية عبر تلفظ الكلمات والحروف بصوت عال .
ويمكن التعبير عن القراءة السمعية بالرسم التالي : الشكل رقم (٧)



تقع العين على الرموز المطبوعة ثم ترسل بخيالها إلى الدماغ . في نفس الوقت ، تحدث عملية الرؤية صوتاً وترسل به إلى الدماغ . تلتقي الإشارتان معاً في دماغ القارىء لينتج عن ذلك القراءة السمعية . وبالنسبة للقراء السمعيين ، إذا لم تأتي الإشارة السمعية بشكل واضح ومسموع فان مستوى فهمهم يصل إلى الصفر . انهم يعتمدون على سماع الكلمات من أجل أن يفهموا . أحد جيراني قال انه لم ينجح في امتحان السياقة التحريري لانه لم يتمكن من نطق الكلمات وذلك لتركيبه أسنان اصطناعية جديدة في ذلك الوقت .

لكن أغرب شيء بالنسبة للقراء السمعيين هي الظروف التي يستمتعون بالقراءة فيها . انهم يستمتعون بالقراءة في واحد من ظرفين متناقضين تماماً .

فالكثير منهم لا يتمكنون من القراءة الا في جوّ هادىء تماماً لأنهم لا بدّ أن يسمعوا الكلمات التي يقرأونها ، انهم كمن يناقش نفسه . ان الجو الصاخب والمليء بالضجيج يفسد عليهم تركيزهم ويقطع عليهم حبل التفكير .

أما الباقون فلا يتمكنون من القراءة إلاّ في جوٍ صاخبٍ أو جوٍ به شيء من الفوضى . وهؤلاء يسمعون ما يقرأون ذهنياً . انهم يقرأون وجهاز التلفزيون يعمل أو انهم يقرأون والموسيقى تصدح . بالطبع ، يمكن مشاهدة الصنف الأول في المكتبات العامة حيث الهدوء والسكينة . أما الصنف الثاني فيمكن مشاهدتهم في الإتحادات الطلابية . وكلا الصنفين يعتمدان على سماع الكلمات من أجل أن يقرأ .

القراء بالادراك

الصنف الرئيسي الثالث من القراء هم القراء بالادراك أو القراء الادراكيون . ان القراءة الادراكية أو القراءة بالادراك هي عبارة عن الفهم السريع للرموز المطبوعة من دون الحاجة إلى التزامن السمعي . انها القراءة الأسرع لانها لا تتضمن أي اعتماد على صوت أو حركة مادية . ان سرعة القراءة وكذا

مستوى الفهم في القراءة الادراكية لا تعيقهما أية خطوة أو حركة إضافية . بالطبع ، هذا لا يعني ان القراء الادراكيين يقرأون وبشكل دائم مجموعات كبيرة من الكلمات أو انهم يمتلكون مجالاً جيداً للرؤية أو انهم لا يمارسون الارتداد والنكوص . انهم ببساطة يحتاجون إلى وقت أقل من الصنفين الأولين للوصول إلى معاني الرموز المطبوعة . كما انهم يتعلمون القراءة السريعة بشكل أسهل لانهم يمتلكون من العادات التي ينبغي التخلص منها الشيء القليل .

ان هناك شيئاً مؤكداً وهو : أنه وبغض النظر عن نوع القراءة التي يمارسها شخص ما ، فانه لا يستطيع أن يعتمد على حركات مادية أو طرق سمعية لكي يقرأ سريعاً . ان القارىء السريع يجول ببصره في الصفحات بسرعة مدهشة لأولئك المبتدئين ، وانه يستخدم نفس التقنيات التي تقرأ حولها في هذا الكتاب .

تصحيح العادات السيئة

بعد أن تعرف إلى أي من أنواع القراء الثلاثة الرئيسية تنتمي ، كيف يمكنك النمو والتطور ؟ مثلاً : إذا كنت من القراء الآليين ، ماذا يمكنك أن تفعل من أجل أن تزيد من سرعتك ؟ أولاً : عليك أن تبحث عن العضو الذي تحركه أثناء القراءة . بعد ذلك ، عليك أن توقف تحريك ذلك العضو وأن تركز على سرعتك . بالطبع ، قد لا تكون العملية سهلة إذ يحدث في الغالب تدني في مستوى الفهم بمجرد أن يوقف القارىء الآلي الحركة الآلية . إلّا انه ومع مرور الوقت يمكن الرجوع إلى الحالة السابقة من الفهم ، بل وحتى يمكن الوصول إلى حالة أفضل وأحسن .

وما يمكن فعله تجاه القراءة الآلية يمكن فعله تجاه القراءة السمعية . على القارىء أن يضع نصب عينيه زيادة سرعته وأن يستعمل من أجل ذلك كل امكانياته وطاقاته . اجبر نفسك على أن تقرأ بسرعة . إبحث عن المعاني بدلاً

عن أصوات وألفاظ الكلمات . واقرأ بسرعة أكبر مما تظن انه ينبغي عليك .

ان القراءة السريعة مثلها مثل أية كفاءة جديدة ، يمكن تعلمها عن طريق التمرين والتدريب . جرّب القراءة السريعة من خلال قراءة المقاطع الثلاثة التالية (القراءات الثلاث) ولكن تذكّر ضرورة توسيع مجال الرؤية وضرورة تجنب الارتداد والحركات المادية البدنية والقراءة السمعية .

بعد الإنتهاء من كل قراءة أو مقطع ، دوّن النتائج في الجدول في آخر الكتاب ولاحظ مدى التحسن الذي طرأ على سرعتك وفهمك .

القراءة رقم (٦)

كيف تتحرك أعيننا أثناء القراءة

عندما نقرأ ، فان أعيننا لا تؤدي حركة اعتيادية مستمرة فوق السطور المكتوبة ، وانما تقوم بقفزات من نقطة إلى أخرى ـ تماماً ـ كالذي يجري في حلبة وثب . ان عليه أن يركض ثم يثب ، ثم يركض ثم يثب وهكذا . والحقيقة ، اننا نقرأ خلال الوقفات القصيرة جداً التي تؤديها العين ، اننا لا نقرأ خلال حركة العين . وإذا ما قرأنا عدداً من الكلمات في كل وقفة فان سرعتنا تزداد ، أما إذا قرأنا كلمة واحدة فان سرعتنا تكون بطيئة . وبمعنى آخر ، كلما كانت الكلمات التي نراها في كل وقفة أكثر ، كلما تمكنا من القراءة بشكل أسرع . وكلما وسعنا من مجال الرؤية لدينا ، كلما زدنا في سرعة قراءتنا وزدنا من مستوى الفهم لدينا .

١ ـ ان أعيننا تؤدي حركة اعتيادية مستمرة أثناء القراءة . . . .

٢ ـ ان القراء السريعين يرون عدداً من الكلمات في كل حركة من حركات العين . . . .

٣ ـ ان القراء البطيئين ينسون ما يقرأون . . . .

٤ ـ ان الحركات التي تؤدى في حلبة الوثب شبيهة بتلك الحركات التي تؤدى أثناء القراءة . . . .

٥ ـ اننا ننمي قدراتنا في القراءة عن طريق توسيع مجال الرؤية لدينا . . . .

القراءة رقم (٧)

العيش في نادٍ للفتيات

اختارت فتاةٌ شابةٌ العيش في ناد أو بيت للفتيات من أجل أن تتعلم وبشكل أفضل العيش مع الآخرين . لقد اعتبرت العيش في بيت الفتيات تجربة لا تقدر بثمن وقالت أن فتاة « تعيش في مثل تلك البيوت تصبح منشغلة أكثر بنشاطات الفتيات . فالناس يعتمدون عليك في فعل أمور أكثر ، وكذا تفعلين أنت . انك تتعلمين أن تكوني منشغلة ومنهمكة » . ثم مضت تقول : « بالطبع ، ليست لديك ذلك المقدار الكبير من الخصوصيات مع ذلك العدد الكبير من الفتيات داخل ذلك البيت ، لكنك تتعلمين كيف تتدبرين أمرك وكيف تنسجمين . وبعد مدة قصيرة تصبح الحياة هناك شبيهة بالعيش في عائلة كبيرة » .

١ ـ ان العيش في بيت للفتيات يعلمك كيف تعيشين مع الآخرين . . . .

٢ ـ ان الفتاة الشابة التي ذهبت للعيش مع الفتيات كانت غنية جداً . . . .

٣ ـ ان الإنشغال هو ناتج جانبي أو ثانوي للعيش في بيت الفتيات . . . .

٤ ـ هناك الكثير من الخصوصيات . . . .

٥ ـ ان بيت الفتيات الذي عاشت فيه تلك الفتاة الشابة كان يقع ضمن المجمع السكني لواحدة من الجامعات الحكومية الرئيسية الواقعة في الوسط الغربي من أمريكا . . . .

القراءة رقم (٨)
مستقبل زاهر للطاقة الغابية

في عصر تقلص مصادر الطاقة وارتفاع أسعار النفط ، يلوح في الأفق أمل ـ انها الطاقة الغابية . ان بعض خبراء الطاقة يقولون بأن الطاقة الغابية ، أي الخشب ستصبح وبسرعة البديل الحقيقي للمنتجات البترولية . وفي السنوات القليلة الماضية ونتيجة للانبعاث الجديد للطاقة الغابية ، أعيدت صناعة أفران الخشب إلى الحياة . وأبدت براعة اليانكي التقليدية مرونة لتلبية حاجات الحياة المعاصرة . وأصبحت المواقد الخشبية تستخدم بشكل أوسع في الوقت الحاضر كلما بحث الناس عن حلول لفواتير التدفئة . ان الإعتماد على النفط الأجنبي أشعل إشارة الخطر عند بعض الأمريكيين من أجل البحث عن مصادر وقود بديل مثل الطاقة الغابية ـ الخشب .

١ ـ ان الطاقة الغابية أمل جديد في أن تكون مصدر الوقود البديل . . . .

٢ ـ ان الشرق الأوسط يزود الولايات المتحدة الأمريكية في الوقت الحاضر بـ (٨٠٪) من وارداتها النفطية . . . .

٣ ـ ان الإعتماد على النفط الأجنبي لم يشعل إشارة الخطر بالنسبة لبعض الأمريكيين . . . .

٤ ـ ان الطاقة الغابية هي مثال آخر على براعة اليانكي . . . .

٥ ـ ان المواقد والأفران الخشبية تتمتع بشعبية متزايدة مرة أخرى . . . .

في الأخير ، تذكر أن النجاح لا يأتي دائماً في أيـام قليلة ، بل ولا حتى في أسـابيع قليلة . انـك تقوم ـ فعـلاً ـ بالتخلص من عـادات قـديمـة مـزمنـة واستبدالها بأخرى جديدة . في بعض الأحيان ، تستغرق تلك العملية وقتاً طويلاً نوعاً ما ، ولكن في أحيان أخرى تكون النتائج سريعة . ان الأمر يعتمد بالكامل على القارىء .

« ٥ »

قياس سرعة قراءتك وكيفية التطبيق

ان لمن الضروري ان تعرف ماذا وكيف تتمرن إذا كنت ستستمر في عملية اتقان فن القراءة السريعة . ان كفاءتك القرائية أو في القراءة يمكن ان تتطور إذا كنت : (١) تريدُ ان تتطور ، (٢) تعلم كيف تتطور ، (٣) تتمرن . وانك باختيارك هذا الكتاب ، تكون قد أظهرت رغبة في التطور والنمو . أما معرفة كيفية النمو والتطور فتعتمد اعتماداً عظيماً على جهدي كمؤلف في أن أريك الطرق أو التقنيات التي تطور من قراءتك . وبما انك الآن قد بدأت الفصل الخامس من هذا الكتاب ، فهذا يعني اننا قد حققنا نجاحاً في تذليل الخطوة الثانية . بالطبع ، هذا يدنينا من الخطوة الثالثة : التدريب والتمرين . وهذه الخطوة تعتمد اعتماداً كلياً عليك أنت ، وهو ما يهدف إليه هذا الفصل . والأبحاث أثبتت انه بالتمرين والتدريب ، يمكن لغالبية الناس أن يحققوا ـ على الأقل ـ ما نسبته (٢٠٪) من النمو والتطور في معدل سرعاتهم في مجال القراءة .

ليس هناك شكل معين من أشكال التمرين أو التدريب والذي يمكن أن يكون صالحاً لكل الناس . وهذا هو جمال الطرق التي في هذا الكتاب ـ

المرونة . بالطبع ، يمكنك أن تختار الطريقة القديمة المبرهنة والتي تتمثل في تحديد وقت للتمرين اليومي وهي طريقة صالحة لتعلم غالبية الأشياء ، أو أن تفعل العكس - أي أن تقوم باستخدام التقنيات التي في الكتاب في قراءتك اليومية كلما وجدت إلى ذلك سبيلاً وكان في امكانك ذلك . وسوف نستكشف كلتا الطريقتين المختلفتين بشيء من التفصيل في هذا الفصل ولكن بعد أن نتعلم كيف نحسب سرعتك في القراءة .

حساب سرعة قراءتك

لحساب السرعة ، يلزمنا ذلك معرفة ثلاثة أمور وهي : تحديد نقطة الشروع ونقطة الإنتهاء ، تحديد وقت الشروع ووقت الإنتهاء (الوقت اللازم للقراءة) ، وتحديد عدد الكلمات التي تمت قراءتها . وأسهل طريقة لتحديد عدد الكلمات وبشكل تقريبي ، هي أن نقوم باحصاء عدد الكلمات في أحد السطور ومن ثم نضرب ذلك العدد في عدد السطور لنحصل في النهاية على عدد الكلمات التقريبي .

وقت الإنتهاء : . . . .

وقت الشروع : . . . .

الوقت الكلي للقراءة . . . . (ثانية) .

السرعة (عدد الكلمات في الدقيقة) = عدد الكلمات المقروءة × ٦٠ / الوقت الكلي للقراءة .

وإليك مثالاً عملياً :

وقت الإنتهاء ٥١ : ١ مساءً .

وقت الشروع : ٣٠ : ١ مساءً .

الوقت الكلي للقراءة : ٢١ ثانية .

* السرعة (WPM) = عدد الكلمات المقـروءة (١١٨) × ٦٠ / ٢١ ثانيـة =

٣٣٧ كلمة في الدقيقة .

بالطبع ، تجنب قراءة المواد التقنية في البداية وذلك لصعوبتها . ركّز على السرعة وضع الأمور الأخرى جانباً . تذكر أن تعلّم أن تقرأ بشكـل أسرع يشبـه تعلم ان تجري بشكل أسـرع أو تعلم ان تسبح بشكـل أسرع . في البـداية ، الأمـور تبدو صعبة ومخيفة . كمـا أن التعلم يحتـاج إلى الـوقت والممـارسـة والتدريب قبل أن تصبح الطرق الجديدة مريحة وسهلة وطبيعيـة . بالمنـاسبة ، يمكنك أن تعرف مستوى فهمك وادراكك لما تقـرأ وذلك بـأن تطلب من أحـد زملائك أو أقاربك أن يطرح عليك مجموعة أسئلة في المادة التي قرأتها .

القراءة رقم (٩)
وليامزبيرغ الكونيالية

ان « وليامزبيرغ الكونيالية » هـو التعبير الشائع الإستعمـال للإشـارة إلى أحياء وحفظ وليامزبيرغ ، فرجينيا ، القرن الثامن عشر والذي بدأ قبل سنـوات عديدة مضت . كما أن مؤسسة وليامزبيرغ الكونيالية هي المسؤولة عن مواصلة الاحياء والحفظ وإدارة البرامج التعليمية .

ولوليامزبيرغ الكونيالية اغراء وفتنة على كل شخص وفي كل فصل . ومن بين تلك الاغراءات الكثير من المباني المؤثثة بـالتحف الإنجليزيـة والأمريكيـة الشهيرة ، برنامج الصناعات الكـونياليـة ، حدائق خشب البقس ، والكثيـر من النشاطات الثقافية والتعليمية . أما الأهمّ من كل ذلك ، فهو أن وليامزبيرغ تعيد إلى أذهـان الأجيال الحـاضرة والقـادمة المفـاهيم المستمرة والبـاقية للحكـومة الأمريكية وللحرية الفردية والتي طورت خلال القرنين الماضيين

١ ـ ان وليـامـزبيـرغ الكـونيـاليـة تقـع بـالقـرب من بـوسـطن ، ماساتشيست . . . .

٢ ـ ان اسم الوكالة المسؤولة هو مؤسسة وليامزبيرغ الكونيالية . . . .

٣ ـ ان وليامزبيرغ مفتوحة فقط في الصيف أمام السياح . . . .

٤ ـ ان وليامزبيرغ الكونيالية كانت في الأساس مدعومة مالياً من قبل مؤسسة روكفيلر . . . .

٥ ـ ان وليامزبيرغ الكونيالية هي عبارة عن احياء لحياة القرن الثامن عشر في أمريكا . . . .

التمرين يغير من عادات القراءة لديك

اننا ، في الوقت الحاضر ، نمتلك عدداً كبيراً من الأجهزة التي تنجز عنا الكثير من الأعمال . انها مناسبة وموفرة للوقت ، ولكنها كثيراً ما تقود الإنسان إلى الإعتقاد بالحلول السهلة . ومعنى ذلك ، انها ، أي الأجهزة ، تقود الإنسان إلى الإعتقاد بوجود طرق توصله إلى أهدافه من دون أي عمل أو من دون بذل أي جهد . بالطبع ، قد يكون ذلك صحيحاً لبعض الأشياء ، لا لكثير منها . وانني في الحقيقة ، لا أعلم عن كثير من الأهداف التي يمكن أن تحقق من دون بذل أي جهد أو أية طاقة . وكلما كان الشيء الذي يراد تحقيقه أكبر ، كلما كان الجهد المطلوب بذله ـ في الغالب ـ أكبر . والقراءة السريعة تقع ضمن خانة التعلم الذي يتطلب التركيز والجهد . وإذا تم اتقانها ، فانه ينبغي استخدامها دورياً من أجل المحافظة عليها . انها تشبه في ذلك العضلات والتي تحتاج إلى تمارين منتظمة من أجل المحافظة على لياقتها .

ومن أجل أن تغير عاداتك في مجال القراءة فان عليك أولاً ان تنظر إلى أساليبك الحالية كالارتداد مثلاً . هل تؤدي حركات ارتدادية ؟ وهل تساعدك في الحصول على سرعة جيدة في مجال القراءة ؟ من الواضح انها لا تفعل ذلك .

فإذا عزمت على التطور والنمو ، فعليك أن تضع خطة تشتمل على مقادير ايجابية . خطة ، لا يمكن أن تعتمد على ما تقول بأنك « لن تفعل » . ولكن بدلاً عن ذلك ينبغي أن توضح ماذا « ستفعل » . على سبيل المثال ، إذا قلت بينك وبين نفسك « انني لن أمارس الارتداد » ، فان كل ما تفكر فيه هو الارتداد . لذا فان الطريقة التي ينبغي أن تقال هي « انني سوف أستمر حتى الفقرة التالية» . انني سوف أواصل . « عليك ان تستبدل الأفكار السلبية بأفكار ايجابية . عليك أن تمارس ثلاثة أشياء من أجل الغاء العادات السيئة » .

أولاً : كن واعياً بوجود العادات السيئة .

ثانياً : امتلك رغبة التغيير .

ثالثاً : استعد وقم بالتمرينات في الإتجاه المعاكس للعادات السلبية ، هذا بالتحديد هو هدفك . فكّر في التقدم بدلاً عن الارتداد والنكوص .

ان خطتك يجب أن تكون من حيث الزمان ومن حيث المادة التي تريد أن تنجزها في كل تمرين صغير . فمثلاً : يمكن أن تكون خطتك بأن تقرأ بسرعة لمدة دقيقة واحدة من كل خمس عشرة دقيقة . بالطبع ، هذه الخطة هي عكس « سوف أقرأ بسرعة كل شيء من الآن فصاعداً » . والهدف الأول وان كان صغيراً إلاّ أنه محدد وقابل للإنجاز ، أما الهدف الثاني فهو كبير ويبدو جيداً ولكنه لا يتحقق إلاّ نادراً . ان الخطط الصغيرة تسمح لك بمشاهدة انجازاتك اليومية وتقوي من عزيمتك على النمو والتطور ، كما انها تجعلك تشعر بالإرتياح تجاه نفسك وأنت تغير من عاداتك في القراءة . أما الخطط الكبيرة فهي غامضة ولا تزودك إلاّ بالقليل من الفرص التي تمكنك من معرفة وادراك الإيجابيات اليومية التي تتحقق .

ان الخطة المحددة هي المطلوبة وعليك أن تعرف ماذا تنجز من خطوات . ان خططاً كهذه . « انني سأصبح قارئاً جيداً » هي خطط قيمة

ولكنها غامضة . ضع أهدافاً محددة لقراءتك وماذا تتوقع أن تنجز . يمكن أن يكون هدفك سهلاً كهذا « انني سأقرأ هذه الصفحة بأسرع ما يمكن » .

والخطط الجيدة التي تغير ـ في النهاية ـ عاداتنا في القراءة هي خطط متسمة بالتكرار أو تكرارية . انها خطط يمكنك أن تمارسها كثيراً بحيث تصبح جزءاً من عاداتك الجديدة والإعتيادية في مجال القراءة .

عندما تجري التمرينات في مجال القراءة ، فلا تحاول أن تعمل على كثير من المفاهيم والأفكار في وقت واحد . حاول أن تحدد طريقة واحدة وأن تعمل من خلالها حتى تشعر بالإرتياح تجاهها أو معها ، ثم انتقل إلى واحدة أخرى . بالطبع ، يمكنك استعمال جدول الخطة اليومي والذي تسجل فيه نتائج قراءاتك اليومية بعد مقارنتها بشروط الخطة التي وضعتها . أنظر الشكل رقم (٨) .

جدول الخطة للقراءة السريعة

١	٢	٣	٤	٥	٦	

إقرأ خمس صفحات مع اجبار العين على الانتقال إلى الفقرة التالية بشكل دائم .

الشكل رقم (٨)

والآن لنجرب القراءتين التاليتين . تذكّر انك تقرأ من أجل دفع مستوى السرعة إلى الأمام . إقرأ من دون ارتداد أو نكوص . وسّع من مجال الرؤية لديك . إقرأ بطريقة المقاطع أو بطريقة وحدات الأفكار . تجنّب القراءة السمعية والحركات البدنية . كن كامل الثقة بقدراتك الجديدة واترك لعينيك حرية التحليق فوق المادة المكتوبة . وفي الأخير ، دوّن النتائج في الجدول في نهاية الكتاب ولاحظ التغييرات .

القراءة رقم (١٠)
الألعاب والقراءة

ان أي لاعب جيد سيحدثك عن التمارين الطويلة والشاقة التي أجراها حتى وصل إلى موقع الصدارة . كما وانه من النادر أن نسمع عن أي لاعب وصل إلى الصدارة والشهرة من دون بذل أي جهد . فهل نتوقع أن نكون قادرين على طي مسافة المائة ياردة جرياً من دون اجراء أية تمارين ؟ بالطبع لا ، لأننا نعتبر التمرين جزءاً من الرياضة . وأن اللاعب وبمجرد أن يكتسب اللياقة يمكنه وبسهولة أن يحتفظ بها . والكفاءات في مجال القراءة يمكن أن تنمو وتتطور بنفس الطريقة . فمن يستطيع أن يرى الكلمات ويمتلك الرغبة ، يستطيع أن يتعلم كيف يقرأ بسرعة مع الفهم .

١ ـ اللاعب الجيد يمارس التمارين لمدة طويلة وبشكل شاق . . . .

٢ ـ ان تعلم القراءة السريعة تحتاج إلى التمارين . . . .

٣ ـ ان الكفاءات في مجال القراءة تنمو طبيعياً . . . .

٤ ـ اننا نتوقع أن نكون قادرين على طي مسافة المائة ياردة من دون اجراء التمرينات . . . .

٥ ـ كل من يستطيع أن يرى ويمتلك المحرضات ، يستطيع أن ينمي من قراءته . . . .

القراءة رقم (١١)
فنادق الهوليدي ان

تنتشر فنادق الهوليدي ان في أرجاء الولايات المتحدة الأمريكية وفي المدن الرئيسية في العالم . وفلسفتها ، حسب الإعلانات الدعائية ، بسيطة

وهي أن تعطيك أهم الأشياء أثناء سفرك . كما أن في الإعلانات ان فنادق الهوليدي ان ـ فقط ـ هى التي تعطيك أوسع الخيارات في مجال المواقع الأكثر شعبية ويسراً أينما تسافر . فيمكنك أن تختار من بين المواقع المختلفة في داخل وحول المدن ، أو أن تختار في الضواحي أو بالقرب من الشوارع السريعة . ان هذا التنوع يمكنك من أن تكون في المكان الصحيح الذي تريد .

وبالاضافة إلى ذلك تقول الإعلانات أن كل شيء في فنادق الهوليدي ان لابدّ أن تتطابق ومقاييسها المدهشة . فمثلاً ، لابدّ أن تكون الأسرة مريحة . أما سجاد الغرف فينظف يومياً . ان هناك أسباباً تجعل من فنادق الهوليدي ان مصدر سعادة للمسافرين أكثر من أي إنسان آخر . انها تعتقد بأن عليها أن تكون الرقم واحد في اسعادك .

١ ـ ان فنادق الهوليدي ان توجد هنا وهناك من العالم ....

٢ ـ ان فلسفة الهوليدي ان سهلة ....

٣ ـ ان فنادق الهوليدي ان يجب أن تتطابق والمقاييس المدهشة ....

٤ ـ ان فنادق الهوليدي ان كانت العائلة الفندقية الأولى شعبيةً واتساعاً في الولايات المتحدة الأمريكية ....

٥ ـ ان فنادق الهوليدي ان تعتقد بأن عليها أن تكون الرقم واحد في اسعادك ....

« ٦ »

تقنيات إضافية قابلة للتطبيق

هناك حركة أخرى للعين وهي مهمة جداً للقراءة السريعة الجيدة وتدعى « حركة العودة السريعة للعين » . انها الحركة التي تؤديها العينان عندما تنتقلان من نهاية سطر إلى بداية سطر آخر لاحق . بالطبع ، ينبغي أن تكون حركة سريعة جداً ومتناسقة ولطيفة .

والآن ، إقرأ الفقرة التالية بسرعة والتي ينبغي أن تشعرك بحركة العين الصحيحة خلال الإنتقال من سطر إلى آخر .

حرك عينيك بسرعة إلى الأسفل وإلى الخلف
إلى السطر اللاحق . لا تتوقف أبداً
في نهاية أي سطر .
ودائماً ، اجبر نفسك لان تتحرك بسرعة
إلى الأسفل وإلى الوراء ، إلى الأسفل وإلى الوراء .
وهذه الحركة ينبغي أن تكون سريعة
ومن دون تردد .

هل شعرت بحركة عينيك السريعة ؟ والآن ، ارجع مرة أخرى للفقرة السابقة وحاول أن تقرأها بسرعة أكبر من السابق . لا تعطي عينيك فرصة لكي لا تتوقفان في نهاية أي سطر . ان هذه الحركة الاجبارية والمباشرة هي المفتاح

لتنمية حركة العودة السريعة للعين . ولاحظ ان العينين إذا ما ترددتا فانهمـا قد تضيعان مكانهما . اما إذا ما اطالتا المكوث ، فـان سرعـة قراءتـك تتضرر ولا شك . بالطبع ستزداد سرعتك إذا ما تحركت العينان بسرعة على خط العودة .

والآن إقرأ الفقرة التالية بنفس الطريقة التي قـرأت بها الفقـرة السابقـة . لاحظ أن خـطوط أو أسهم العودة ليست مـوجودة وعليـك أن تتصور وجـودهـا لضرورة ذلك لحركة العودة السريعة للعين

توقف للقراءة	ولكن لا تتوقف أبداً .
في حركة العودة السريعة .	تحرك بسرعة ، وبلطف .
على القارىء أن يمارس	حركة العودة السريعة .
على القارىء أن يمارس	الغاء الارتداد
على القارىء أن يمارس	مجالات رؤية واسعة.
هل وصلت عيناك	إلى نهاية المطاف
على أي سطر ؟	

مـارس تدريبـات لتنمية حـركة العـودة السريعـة للعين . اختر صفحـات الصحف والمجلات ذات الأعمدة الضيقة . لاحظ أن الوقت مهم وحساس . لا تضيع جهودك فحركة العودة ينبغي أن تكون سريعة . ان حركة العودة إذا كانت صحيحة ، فانها تساعدك على زيادة سرعتك وفهمك .

جرّب هاتين القراءتين وانظر فيما إذا كان بـامكانـك أن تزيـد من سرعـة حركة العودة السريعة للعين .

القراءة رقم (١٢)
منافسة على السوبر باول

قبل عشر سنوات أو اثنتي عشرة سنـة مضت ، يحتمل أن غـالبية النـاس كانوا يظنون أن « السوبر بـاول » كان إسمـاً لطبق السلطة أو إسمـاً لأحد أنـواع الحلوى . أما الآن ، فالسوبر باول ـ أكس، ٢ فستخدم للدلالة على لعبة كـرة

القدم . عام ١٩٧٩ ، جرت مباراة بين فريقي بيتسبيرغ ستيلرز ودلاس كاوبوي في ميامي في فلوريدا في أمسية أحد أيام الأحد في منتصف شهر يناير . المباراة ألقت الأضواء على كل من تيري برادشو من بيتسبيرغ وروجر ستوباتش من دلاس . لقد كانت المباراة بين (NFL) و (AFC) من أجل الوصول إلى بطولة العالم . كانت النتائج ٣٥ ـ ٣١ لصالح بيتسبيرغ ستيلرز ، وهو الفوز الثالث له والذي يعتبر رقماً قياسياً إذ لا أحد من الفرق الأخرى قد أحرز انتصارات بهذا المقدار في السوبر باول .

١ ـ ان « السوبر باول » يستخدم للدلالة على البطولة التي تمت بين (NFL) و(AFC) . . . .

٢ ـ ان السوبر باول ـ أكس ٢ ، جرت في منتصف يناير من عام ١٩٧٩ في ميامي ـ فلوريدا . . . .

٣ ـ ان الصراع كان يدور بين فريق بيتسبيرغ ستيلرز وفريق دلاس كاوبوي . . . .

٤ ـ لقد فاز فريق بيتسبيرغ ستيلرز ٣٥ ـ ٣١ . . . .

٥ ـ بالنسبة لبيتسبيرغ ستيلرز ، كان الإنتصار الثالث في السوبر باول . . . .

القراءة رقم (١٣)
الحاجة إلى كفاءات أفضل في مجال القراءة

ان الرياضيات المتقدمة بما فيها من معادلات ونظريات معقدة لا يمكن تحقيق البراعة فيها أو السيطرة عليها إلاّ بعد السيطرة على عمليات الجمع والطرح والضرب والقسمة الأساسية . وفي الحقيقة ، فان غالبية الناس قد يريدون ان يكونوا أكثر قرباً إلى أساسيات الرياضيات من مجرد معرفة عمليات الجمع والطرح ، بل وقد يحاولون مع الجبر والهندسة قبل أن يعالجوا التفاضل

والتكامل . ولكننا نجد ، بين الفينة والأخرى ، أناساً يحاولون قراءة الصفحه المطبوعة قبل أن يتقنوا القواعد الأساسية في عملية القراءة . ان الإستخدام الفعال والبسيط لأي كفاءة معقدة أو مركبة كالقراءة السريعة أو الرياضيات المتقدمة يأتي فقط بعد البراعة في معرفة القواعد التي بنيت عليها تلك الكفاءة .

١ ـ ينبغي أن تتقدم معرفة العمليات الحسابية البسيطة على النظريات المعقدة . . . .

٢ ـ يمكن اتقان القراءة السريعة الفعالة من قبل أي إنسان . . . .

٣ ـ ان للقراءة السريعة قواعد معينة تماماً كالرياضيات . . . .

٤ ـ ان القراءة قلما تجري من دون تحضير مناسب . . . .

٥ ـ ان القواعد ليست أساسية حقيقة لاتقان الكفاءة . . . .

الوقفات

الحركة التالية من حركات العين تدعى الوقفة وتقع في نهاية كل قفزة . عندما تقرأ ، فان عينك تتحرك في قفزات ، وفي نهاية كل قفزة هناك توقف سريع . ان عملية القراءة عند غالبية الناس يمكن وصفها بأنها سلسلة من الحركات والوقفات .

ان الوقفات التي تؤديها العين أثناء عملية القراءة هي عبارة عن استراحات لحظية وفيها يتم تسجيل الرؤية . أما في غير ذلك ، فالعين لا تقوم بأي عملية تسجيل . بالمناسبة ، تبدو العين بالنسبة للقارىء انها في حركة مستمرة .

ان عملية القراءة سوف تكون بطيئة وصعبة إذا لم تر ولم تسجل العينان كالبرق ، أي إذا لم تظهرا وكأنهما تؤديان حركة مستمرة . ان العين ، وخلال عملية القراءة ، تعمل مثل الكاميرات السينمائية . وكما أن الصور التي تعرض بحركة بطيئة لا يرتاح لها المشاهد إذا ما عرضت لوقت طويل لانها غير طبيعية

وغير حقيقية ، فان القراءة البطيئة ذات الوقفات الطويلة تؤدي بالدماغ إلى القفز هنا وهناك . وفي كثير من الأحيان ، نحن نعزو ذلك إلى عدم التركيز بينما في الحقيقة ينبغي أن نتوجه باللوم إلى تلك الوقفات الطويلة .

إذن ، ان تخفيض الوقت اللازم لكل وقفة بـالاضافـة إلى تخفيض عدد الوقفات هما الخطوتان التاليتان في قائمة النمو والتطور . فالعين تستطيع أن تغير من فاعلية الوقفات بطريقتين : تستطيع ان تغير في طول وقت كل وقفة وتستطيع أن تخفض من عدد الوقفات . فمثلاً ، وأنت تنظر إلى أحد السطور ، يمكنك أن تجعـل عينيك تتـوقفان عنـد كل حـرف أو عند كـل كلمة فيـه . ان كثيـراً من الوقفات بالإضافة إلى الوقت الطويل اللازم لكل وقفـة معناه خسـارة في السرعـة وانخفاض في عدد الكلمات المقروءة في الدقيقة .

والآن ، دعنا نتعامل مع الوقفات عبر الجمل التالية . إقرأ الفقرات بسرعة كبيرة مع التركيز على كل نقطة في أقصر وقت ممكن . بعد الإنتهاء من القراءة ، انجز الإمتحان القصير الذي يتبع :

عندما تقرأ	حاول أن تدفع	عينيك إلى الأمام .
●	●	●
عيناك	تتوقفان وتتحركان ،	تتوقفان وتتحركان
●	●	●
عبر السطر .	ان كل قفزة	هي سريعة جداً ،
●	●	●
انها ليست إلاّ	سهماً سريعاً .	ان عينيك تقرآن
●	●	●
كل وقفة .	اجعل كل وقفة	أقصر
●	●	●
ما يمكن .	لا تتوقف	عند أية كلمة
●	●	●

اختار الكلمة التي تكمل الجملة بشكل صحيح .

١ ـ لا ينبغي أن تمكث طـويـلاً عنـد أيـة (أ) فكـرة ، (ب) جملة ، (ج) كلمة .

٢ ـ كل قفزة هي (أ) وقفة ، (ب) سهم ، (ج) توقف .

أتذكرُ انني سمعتُ أحد المعلمين في إحدى المـدارس الإبتدائيـة يقول لطلابه الصغار « ان النقطة تعني توقف . ينبغي عليكم التوقف الكامل واعـطاء العينين راحة كلما واجهتكم إشارة التوقف ، أي النقطة . عدوا من الواحد حتى الثلاثة(١ ـ ٢ ـ ٣) كلما رأيتم نقطة ثم اشـرعوا في قـراءة الجملة اللاحقـة » حسنـاً ، ان لدي أخبـاراً لهذا المـدرس وهي أن النقطة لا تعني تـوقف . ان النقطة ما هي إلاّ أداة صغيرة من أجل فصل فكرتين عن بعضهمـا البعض على اعتبار أن الجملة تعرف بأنها فكرة كاملة . لذا على المدرس أن لا يـطلب من الطلاب التوقف طويلاً ما داموا قـادرين على ادراك الأفكار جميعـاً . ان القراءة ينبغي أن تكون متعة لا أن تكون تعباً أو مصدراً للسأم . ينبغي أن تكون الوقفات قصيرة وسريعة في نفس الوقت. بالطبع، ناتج ذلك تحسن في السرعة والفهم.

والآن ، طبق ما قرأت على القراءة التالية . اجعل وقفاتك قليلة جـداً . ادفع عينيك إلى الأمام . عندما تشعر بـأنهما تتـوقفان حتى ولـو إلى لحظات ، ادفعهما مرة أخرى إلى الأمام لتستمرا في الحركة .

القراءة رقم (١٤)

التضخم يدمر سندات الادخار ذات الخمسة والعشرين دولاراً

أعلن عن موت سندات الادخار ذات الخمسة والعشرين دولاراً هذا العام وبالتالي تكون واحدة من العادات الأمريكية قد ذهبت ضحية لما أصبـح العدو الأول للمجتمـع ـ التضخم ـ بدأ التعـامل بمثـل هذه السنـدات منـذ الحـرب العالمية الثانية . ولكن مثلها مثل قطعة الحلوى (٥ سنتـات) وتلميع الأحـذية

(٢٥ سنتاً) والمكالمات التلفونية (١٠ سنتات) ، كل الأشياء الجيدة لابدّ أن تنتهي .

في العام ١٩٤١م ، عندما كان هتلر يحضر لاجتياح روسيا ، أعيد تقييم سعر السندات حيث تحول من (١٨و٧٥) دولاراً إلى (٢٥) دولاراً . وبحلول عام ١٩٧٨م ، بيعت سندات بقيمة تقريبية بلغت (٨و٦) ملياراً . وانني أستطيع أن أتذكر كيف كنا ندخر قطع النقد الصغيرة لشراء تلك السندات . أما الآن ، فان التضخم قد جعل منها استثماراً سيئاً . مما دفع بالمسؤولين الماليين إلى استبدالها بسندات ذات (٥٠) دولاراً . انها مؤشر آخر على تغير الزمن وتغير أمريكا ، لا على تغير التضخم .

١ ـ ان أولى سندات ادخار أمريكية بدأت في الحرب العالمية الأولى . . . .

٢ ـ ان أولى سندات ادخار بيعت بسعر (١٨و٧٥) دولاراً . . . .

٣ ـ ان السندات قابلة للاستهلاك كل خمس سنوات . . . .

٤ ـ ان سندات الادخار الجديدة هي ذات (٥٠) دولاراً . . . .

٥ ـ ان سلسلة سندات إف هي التي أوقف التعامل بها . . . .

ان القراءة السابقة (القراءة رقم ـ ١٤) تختلف عن بقية القراءات التي تمت قراءتها لما احتوته من أرقام كثيرة . يحتمل انك لم تلاحظ ذلك ، كما ويحتمل انك لم تلاحظ أن القراءات والفقرات السابقة لم تحتوي إلاّ على أرقام قليلة جداً . والسبب في ذلك بسيط جداً ، فقراءة الأرقام تحتاج من القارىء إلى أن يخصص وقفات أكثر مما يخصصه لقراءة الكلمات . كما أن الأرقام تحتاج إلى وقفات ذات وقت أطول .

ولكي نفهم لماذا نتوقف عند الأرقام أكثر مما نتوقف عند الكلمات، علينا

أن نفهم معنى كلمة « المظهر النسبي » . ففي عالم القراءة ، تستخدم كلمة « المظهر النسبي » للدلالة على الحجم والشكل المميّزين للكلمة. وكلما ازداد الإنسان خبرة في عالم القراءة ، فانه يقرأ الكلمات من خلال مظهرها النسبي إذ قلما تتشابه كلمتان في ذلك تشابهاً كبيراً . أما في عالم الأرقام ، فلا يوجد مكان لكلمة « المظهر النسبي » ، ولذا فانها تحتاج من القارىء إلى اجراء وقفات أكثر وأطول وقتاً .

والآن ، إقرأ الفقرة التالية التي لا تحتوي على أرقام . سوف تلاحظ ان قراءتها أسهل من قراءة الفقرة السابقة (القراءة رقم - ١٤) .

القراءة رقم (١٥)
حاجة الإنسان للطاقة

خلال المستقبل المنظور ، لن يستطيع أي نوع من أنواع الطاقة تلبية كل حاجاتنا . اننا لا نمتلك المقدار الكافي من البترول المحلي ، كما أن الفحم لا يمكن استخدامه وقوداً للسيارات - على الأقل - حتى الآن . أما الطاقة النووية والطاقة الشمسية فلايمكنهماتزويدنابكل حاجتنا من الطاقة الكهربائية في الوقت الحاضر ، على الأقل . ولذا فان الطاقة التي نحتاجها ينبغي أن تأتي من مصادر مختلفة . ان المفتاح لتلبية حاجاتنا الحاضرة من الطاقة يكمن في تنوع مصادرها - النفط ، الشمس ، الغاز الطبيعي ، الفحم واليورانيوم . ومن الممكن أن تطور أنواع من الوقود البديلة . ولان الجنس البشري يحتاج إلى مقادير كبيرة من الطاقة ، سوف نحتاج إلى البحث عن مصادر متنوعة ومختلفة لها .

١ - سوف نمتلك كمية غير قابلة للنفاذ من الطاقة . . . .

٢ - ان الطاقتين الشمسية والنووية سوف تزودانا بكل حاجاتنا من الكهرباء . . . .

٣ ـ ان الطاقة التي نحتاجها ينبغي أن تأتي من مزيج من المصادر . . . .

٤ ـ ان وقوداً جديداً للطاقة قد اكتشف . . . .

٥ ـ ان الحكومة الفيدرالية تدعم الأبحاث في مجال مصادر الطاقة . . . . . .

« ٧ »

تنمية الفهم والذاكرة لديك

ان الفهم هو فن ادراك ما تقرأ ، كما أن التذكر هو عملية الإحتفاظ بما تفهم أو بجزء مما تفهم . وفي اعتقادي أن الفهم هو عملية الادراك التي تحصل لدينا عندما نقرأ شيئاً ما . بالطبع ، يمثل الفهم الشطر الثاني لعملية القراءة ، إذ أن شطرها الأول هي السرعة . واننا نتعلم كيف نحرك أعيننا على المادة المكتوبة فينتج عن ذلك معان . لذا إذا لم نحركها بالشكل المناسب فان درجة الفهم تتضرر . إذن ، السرعة هي عامل أساسي والفهم هو ناتج لهذا الجهد . بالمناسبة ، لا ينبغي أن يكون الفهم شيئاً غامضاً ، كما انه يمكن تطويره إذا ما شرعنا فيه بشكلٍ مناسب .

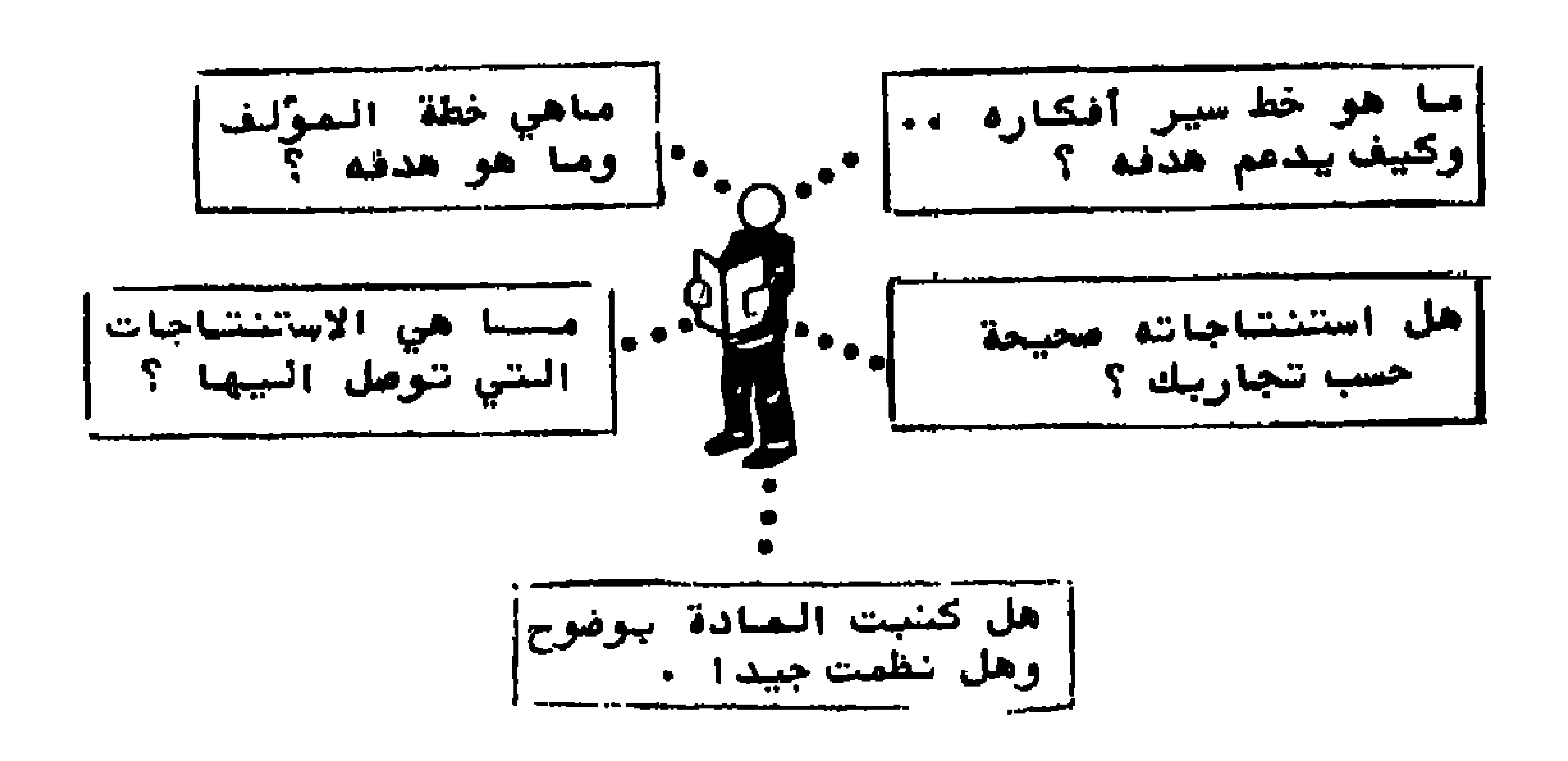
ويمكن مقارنة الفهم في القراءة بالدقة في الطباعة أو بالابداع في السباحة . إذ أنه وفي عملية تطوير الكفاءات الثلاث ، يلزمك أن تصل بالسرعة إلى الحد الذي تريد ومن ثم تعمل على النقاط الدقيقة في كل من الدقة والإبداع والفهم . فإذا أردت أن تكون ضارباً جيداً على الآلة الكاتبة ، فانك تدفع أولاً بسرعتك إلى الحد الذي تكون به راضياً وبعد ذلك تعمل على تحصيل الدقة والإتقان . وفي السباحة ، فانك تعمل على الوصول إلى الطرف

الثاني من بركة السباحة في الوقت المطلوب ومن ثم تبدأ بالتركيز على تطوير الحركات ووضع كل شيء في موقعه . وبطريقة مماثلة ، يمكن الحديث عن القراءة ، وهذا ما يجعلنا نقترب من السؤال الأساسي لهذا الفصل : كيف يمكن تطوير حالة الفهم ؟ هنا ، مجموعة من النقاط التي ينبغي عليك أخذها بعين الإعتبار أثناء القراءة ، إذا ما أردت أن تطور كفاءات فهم بارزة ورائعة .

النقطة الأولى : الإنتباه ، وهو مطلب أساسي لتكثيف الإنطباعات العقلية . إذ ان الإنطباعات التي تحدثها المادة المطبوعة هي شيء أساسي للفهم . وكلما كانت درجة الإنتباه الموجهة نحو شيء ما أكبر ، كلما كان الإنطباع الذهني أو العقلي الذي تتلقاه أقوى . والإنتباه مرتبط ارتباطاً وثيقاً بتذكر الأشياء ، إذ انه إذا ما أردت تذكر شيئاً ما فان عليك أن توجه إليه كل انتباهك .

النقطة الثانية : الإهتمام ، وهو أمر مهم . إذ اننا وبشكل دائم نولي انتباهاً طوعياً لأي شيء نهتم به . ان الإهتمام هو مؤشر وتوضيح لقيمنا ولأولوياتنا .

النقطة الثالثة : الهدف . ان غالبية القراءات التي يؤديها الناس ليست نتيجة لاهتمام قوي . انهم يؤدونها اما نتيجة لطلب خارجي واما لانه ينبغي عليهم فعل ذلك ، تماماً كقراءة المواد المرتبطة بأعمالهم أو بمدارسهم أو جامعاتهم . ان القراءات الترفيهية هي جزء بسيط من القراءات التي يمارسها الناس في الوقت الحاضر . لذا فالهدف من القراءة يلعب دوراً مهماً جداً في مستوى الفهم ومستوى الحفظ أو التذكر . ان غالبية الناس لا يتذكرون اليوم ما قد قرأوا في صحف اليوم الماضي والسبب يعود إلى ان هدفهم من القراءة لم يكن بحاجة إلى درجة عالية من التذكر . وعندما تقرأ السبب حاول أن تسأل نفسك أسئلة كالتي في الشكل التالي :



الشكل رقم (٩)

النقطة الرابعة : التركيز ويعني عملية الإحتفاظ بالإنتباه لوقت طويل من أجل خلق الإنطباعات الذهنية اللازمة لعملية التذكر . ان قوة تركيز الإنتباه على ما تقرأه تتطلب تجنب غير الضروري . وبمعنى آخر . امتلاك القدرة على أن لا يكون انتباهك موجه إلّا إلى ما تريد التركيز عليه (١٠٠٪) .

النقطة الخامسة : الربط وهو عملية مهمة جداً بالنسبة للفهم والتذكر . ان الربط الطبيعي والنسبي بين الأفكار طريقة نافعة جداً لتثبيتها في عقل الإنسان لكي يتمكن من استرجاعها وتذكرها في الوقت المناسب . بالطبع ، يمكن ربط كلمة بأخرى أو كلمة بمجموعة من الكلمات ، فمثلاً ربط كلمة الصيف بكلمات كثيرة كالعطلة والرحلات والشمس وحمامات الشمس والسباحة والحر . أما كلمة الحرب فيمكن ربطها بالأسلحة والبدل العسكرية والمعارك والطائرات وسيارات الجيب والسفن العسكرية والدبابات .

النقطة السادسة : التكرار . ان تركيز الإنطباعات الذهنية يمكن زيادتها عن طريق المراجعة المتكررة . والدراسات حول الفهم ، أظهرت أن القراءة الأولى تعطي في العادة فهماً نسبته تتراوح ما بين (٤٠٪) و (٦٠٪) . أما قراءة

المادة مرة أخرى فتزيد من تلك النسبة ، وهكذا القراءات الأخرى التالية .

النقطة السابعة : التمارين الموزعة أو المبرمجة . وهي ذات تأثير عظيم في تنمية الفهم خصوصاً عندما تدمج مع عملية التكرار . ان التجارب قد أظهرت انك تتذكر أكثر كلما قرأت نفس المادة مرة بعد أخرى وعلى فترات مبرمجة . وهذا تماماً ما ينصح به قبل الإمتحانات الرئيسية . إذ تعطي للطلبة امتحانات مصغرة لكي تجبرهم على القراءة مرات عديدة استعداداً للإمتحانات الرئيسية .

في دراسة مادة صعبة لأول مرة أو في مراجعة لإمتحان ، القراءة ـ فقط ـ ليست كافية . انك بحاجة إلى أن تعمل أكثر من مجرد مطالعة الصفحات بالطريقة المعتادة . لخّص الموضوع في شكل نقاط . ضع خطوط تحت الأجزاء المهمة . أكتب ملاحظات في هوامش الكتاب . ضع امتحاناً مختصراً لما قرأت . وتذكر أنه كلما استخدمت تقنيات أكثر لمعالجة موضوع ما ، كلما كان تذكرك أفضل .

والآن طبّق النقاط السابقة الأساسية لعملية الفهم على القراءة التالية ولاحظ التقدم الذي ستحرزه من خلال النتائج . دوّن النتائج في الجدول في نهاية الكتاب .

القراءة رقم (١٦)
تعلم القراءة السريعة

قادتني سنوات تعليم القراءة السريعة إلى الإستنتاج بأن الإنسان المتوسط يستطيع أن يتعلم قراءة (٤٠٠ ـ ٥٠٠) كلمة في الدقيقة . كما انه ليس من غير الطبيعي أن ترى أناساً يتعلمون القراءة بسرعة تتراوح ما بين (١٢٠٠) و (١٥٠٠) كلمة في الدقيقة أو أكثر مع الإحتفاظ بمستوى من الفهم لا يقل عما كان لهم عندما كانوا يقرأون ببطء . ويمكن الحصول على تلك النتائج في وقت قصير

تقريباً في بعض الحالات ، أي في أسبوعين أو ثلاثة أو أربعة أسابيع بشرط أن تكون التمارين مكثفة ولمدة لا تقل عن عشرين دقيقة في اليوم . وفي بعض الأحيان ، قد تلزم مدة تصل إلى عشرة أسابيع أو إلى اثني عشر أسبوعاً لتحقيق أعلى سرعة مطلوبة . والسبب في مثل هذه الحالات أو هذه الاحايين يعود إلى حقيقة أن كثيراً منا لا يستخدمون قدراتهم العقلية بالكامل . ان القدرات العقلية التي يمتلكها كل إنسان قوية إلى حد لا يصدق ، كما أنه يمكن أن توضع في مواقع العمل كلما رغبنا في النمو والتطور .

١ ـ ان الإنسان المتوسط يستطيع أن يتعلم القراءة بسرعة تتراوح ما بين (٤٠٠) و(٥٠٠) كلمة في الدقيقة . . . .

٢ ـ ان بعض النتائج يمكن توقعها في الحال . . . .

٣ ـ ان الرغبة في التطور مهمة . . . .

٤ ـ ان أولئك الذين يتعلمون القراءة السريعة ، في الغالب يخسرون الفهم . . . .

٥ ـ ان تعلم القراءة السريعة هو جزء آخر من نمط حياتنا المعاصرة السريعة الخطوات . . . .

المفردات

هناك جدل قديم كثيراً ما يسمع عند الحديث عن علاقة الفهم بالمفردات . ويحتمل انك قد سمعت أشياءً كهذه : « انني لا أفهم ما أقرأ لأن المفردات التي أمتلكها ليست كافية . « أو » انني لا أعرف تلك الكلمة ، لذا لم أفهم تلك الفقرة » . أو « عندما أمتلك لمفردات الكافية ، سوف أبدأ القراءة » . وتتوالى المبررات والأعذار . ولكن إذا ما عرفت الحقيقة تماماً ، فان لا أحد يفهم ما يقوله الكاتب عن طريق أو بواسطة كل كلمة . فالكلمات لها معان عامة ونحن في الغالب نفهم ما يحاول ان يوصله المؤلف لنا . فهل تشك

في أن الكلمات لها معان عامة بالنسبة لغالبية القراء ؟ إذا كنت كذلك ، فكيف تفسر ما يقوم به غالبية المحامين من اعطاء معان مختلفة لكلمات محددة . وإذا كانت كل الكلمات تعني نفس الشيء بالنسبة لكل الناس ، فان الإتصالات سوف تكون أسهل بكثير مما هي عليه .

ان أفضل شيء يمكنك أن تفعله من أجل اكتساب القدرة على القراءة السريعة هو أن تقرأ . انك لن تستطيع أن تمتلك حصيلة جيدة من المفردات بين عشية أو ضحاها ، كما انك لا تتعلم أن تقرأ عن طريق تشكيل حصيلة من المفردات أولاً ، ثم بعد ذلك تتعلم أن تقرأ بسرعة . ان استخدام ذلك المنطق ، سوف يجعلك تنتظر إلى الأبد ، في حين أن الحصيلة الجيدة من المفردات هي نتاج القراءة وليس العكس . لذا إذا أردت حصيلة واسعة من المفردات ، فعليك أن تبدأ القراءة وتستمر عليها . بعدها سوف تشكل تلك الحصيلة المرجوة والمبتغاة .

حركات العين والفهم

حتى الآن ، لقد تعلمتَ كثيراً عن حركات العين التي تمارس أثناء القراءة ، إذ كان تركيزنا على طرق تطويرها . ويحتمل أن تكون قد قرأت أو سمعت أن مثل هذا المدخل يسبب خسارة في الفهم ، إذ أن الجدل يسير هكذا : ان الحركات السيئة للعين هي نتيجة للقراءة السيئة ، لذا فاننا إذا قرأنا بشكل أفضل ، فان حركات أعيننا سوف تكون أفضل . وهذا تماماً يشبه قولك لرجل أنه سيصبح زوجاً أفضل أو أباً أفضل إذا ما انسجم مع زوجته وأطفاله . ان هذا النوع من التفكير لا يقول للزوج ماذا ينبغي عليه أن يفعل بشكل خاص لكي يصبح زوجاً أفضل أو أباً أفضل . ويحتمل أن يقول من يقدم مثل هذه النصيحة « اننا قلنا لك انه ينبغي عليك ان تصبح زوجاً أفضل أو أباً أفضل . والآن عليك ان تكتشف ذلك » .

ان الناس يحتاجون لان تعطي لهم تقنيات محددة من أجل أن يصبحوا

قراءاً جيدين (أو شركاء جيدين) . فإذا أردنا من أحد أن يتعلم شيئاً فعلينا أن نسريه بالأمثلة والطرق المحددة كيف يفعل ذلك . وهذا تماماً ما يفعله هذا الكتاب عندما يستعرض تقنيات مختلفة مثل مجال الرؤية الواسع والجيد ، اللاارتداد ، والوقفات القصيرة وغير ذلك . بالطبع ، يمكنك أن تقارن هذه التقنيات بالنصيحة التالية « إقرأ بسرعة » .

والفهم يتراجع إلى الوراء ـ دائماً ـ عندما يحدث أي تغيير في أسلوب القراءة عند الإنسان ، وذلك لان العقل لابدّ أن يتكيف مع السرعة الجديدة التي بها يتغذى بالمعلومات . فقد تعود على استلام وتمييز المعلومات بسرعة محددة . وان أي تغيّر مفاجيء يعني أن العقل لا بدّ أن يتأقلم ويتكيّف من أجل استلام المعلومات الجديدة بسرعة جديدة أكبر . وفي مجال القراءة السريعة ، يحتاج العقل إلى عشرة أيام أو خمسة عشر يوماً لكي يتأقلم أو يتكيف مع المعدل الجديد للقراءة . وفي الواقع العملي ، انه من غير الممكن تنمية وتطوير القراءة السريعة والفهم في وقت واحد ، أي ان أحدهم لابدّ أن يسبق الآخر .

ويعتمد الفهم على مجموعة من المتغيرات مثل : مستوى صعوبة المادة المقروءة ، الهدف من القراءة ، السرعة ومدى حداثتها بالنسبة للقارىء وأوضاع القارىء النفسية والجسمية . فإذا تعود عقل القارىء على القراءة بسرعة معينة واستراح لها فان الفهم سيكون أفضل من أي وقت مضى . والتمرين ضروري ولازم لمدة تتراوح ما بين العشرة أيام والخمسة عشر يوماً لكي يتمكن الإنسان من استبدال العادات القديمة بأخرى جديدة . وكما قلت . سابقاً ، فان تعلم القراءة السريعة يشبه تعلم الضرب على الآلة الكاتبة ، كما أن الهدف منهما هو السرعة والدقة .

وهناك جدل آخر يدور حول الفهم ويقول بأنه إذا أنت ركزت على تقنيات محددة (بغض النظر عما هي تلك التقنيات) ، فانك سوف تخصص غالبية انتباهك إليها بدلاً عن التركيز على أفكار المؤلف . بالطبع ، إذا ما اختبرت ذلك

المنطق بدقة ، فانك سترى أنه يشبه أن تطلب من رياضي بأن ينسى تأدية التمارين والتقنيات المحددة وبأن يكتفي بالتفكير في أن يصبح نجماً . ان الفِرق والأفراد ينجحون لأنهم يعطون انتباهاً عظيماً لكل الخطوات والتفاصيل والتكتيكات . انهم يتدربون عليها مراراً وتكراراً حتى يتقنوها بالكامل . وهذا معنى الاحتراف . وما ينطبق على الرياضة ينطبق على القراءة . وهذا الكتاب يعلمك تقنيات دقيقة والتي ستجعل منك قارئاً أفضل وأحسن . من هذه التقنيات مثلاً : انقاص وقت الوقفات ، توسيع مجال الرؤية ، قراءة وحدات الأفكار ، تجنب الارتداد أو النكوص ، التقدم الدائم إلى الأمام ، تغيير معدل السرعة ، التسريع في معدل الادراك ، وأشياء أخرى .

ولا شك أنك تعلم مثلي ، بل وكما هو معلوم بالفطرة ، بأن القراءة بسرعة أو تطوير القراءة يحتاجان إلى أكثر من مجرد الرغبة في تناول كتاب ما والقراءة بشكل أفضل وأسرع . وانه عبر الخطوات الصغيرة والحقيقية وعبر الساعات الطويلة من التمارين ، يتقن الناس أي شيء في الحياة . اننا بحاجة إلى العمل الجاد وبحاجة إلى التقنيات من أجل تحقيق النجاح والتركيز .

القراءة السريعة = تركيز أكثر = فهم أفضل = تذكر أكثر .

وبمعنى آخر ، بعد تعلم تقنيات القراءة السريعة ، فانك تبدأ القراءة بشكل أسرع . والقراءة بشكل أسرع تجعل منك أكثر انتباهاً وبالتالي أكثر تركيزاً . وكلما زدت في التركيز كلما حققت فهماً أفضل وبالتالي تذكراً أكثر .

القراءة رقم (١٧)
أثر سرعة القراءة على الفهم

ان بعض الناس يعتقدون بأنهم إذا قرأوا بسرعة كبيرة فان فهمهم سى . لكن الأبحاث أظهرت بأنه إذا ما تعلمت أن تقرأ بسرعة ، فانه يحتمل اله يكون فهمك حتى أفضل مما كان عليه في السابق . ويعزي ذلك التطور

والنمو في الغالب إلى حقيقة وهي أنه كلما قرأت بشكل أسرع ، كلما كان عليك أن تركز أكثر على المادة المقروءة . بالطبع ، قد ينخفض مستوى الفهم لـزمن قصير في بدايـة محاولاتـك ، ولكن الفهم غالبـاً ما يتـطور وينمو عنـدما تـزداد السرعة .

١ ـ يمكن أن يتضـرر مستوى الفهم في بـداية محـاولاتك لتعلم القـراءة السريعة . . . .

٢ ـ ان المشاهدة السيئة هي عامـل ينبغي أخذه بعين الإعتبـار عند تعلم القراءة السريعة . . . .

٣ ـ ان الفهم ينمو ويتطور عندما تزداد السرعة . . . .

٤ ـ ان التخـطي والمسح والتصفـح هي تقنيات مستخـدمـة في القـراءة السريعة . . . .

٥ ـ ان أحـد أسباب نمـو وتطور الفهم عنـدما تـزداد السرعـة هـو زيـادة التركيز .

القراءة رقم (١٨)
هذا الكتاب

يمكنك أن تستخدم هذا الكتاب في كـل يوم من أيـام السنة فتضـع حداً للعادات البطيئة والكسولة في مجال القراءة والتي تكلفك ساعات من المتعة . ان هذا الكتاب يريك كيف تسرع في قراءتك وكيف تخفض ساعـات من وقت قراءتك ولأي نوع من أنواع القراءة . كما انه يريك كيف تلغي كل تلك العادات المضيعة والمستهلكة للوقت واستبدالها بتقنيات ناجحة . وسوف تجد أناساً في كل الولايات المتحدة الأمريكية يستخدمون هـذا الكتاب ليـدربوا أنفسهم على القراءة السريعة . ان هذا الكتاب سوف يوفر عليك أكثر من قيمته في اليوم الأول الذي تستخدمه لأن وقتك يعادل المال !

١ ـ إن هذا الكتاب سوف يوفر عليك المال . . . .

٢ ـ إن هذا الكتاب سوف يريك كيف تقرأ باللمح . . . .

٣ ـ إن هذا الكتاب يستطيع أن يخفض ساعات من وقت قراءتك . . . .

٤ ـ إن هذا الكتاب يريك كيف تسرع في مجال القراءة . . . .

٥ ـ إن هذا الكتاب هو كتاب توضيحي . . . .

« ٨ »

رفع مستوى ادراكك

إن معدل الإدراك لديك هو المعدل الذي عنده ترى وتفهم ما تقرأ . اما التعريف الأكثر تقنية فيمكن أن يكون هكذا « انه المعدل الذي عنده ترى وتفهم الـرموز التي على الصفحـة المطبـوعـة » . ونحن نعبـر عن ذلـك في الغـالب بالقراءة . ومعدل الادراك أو حالته هو من بين العوامل الأساسية الذي ينبغي أن يؤخذ بعين الإعتبار إذا ما أردت أن تصبح قارئاً سريعـاً . والسبب في الواقـع بسيط للغاية : إذ ان المعدل البطيء للادراك يعني ان القارىء يعاني من صعوبة في ادراك الكلمات وهذا ما يؤدي إلى تخفيض السرعة في القراءة . ان الإرهاق هو واحد من مشاكل الذين يقرأون بمعدلات ادراك بطيئة . كما انهم يشعـرون بآلام الرأس وتعب العينين بعد عشرين أو ثـلاثين دقيقة من بـدء القراءة . لـذا فانهم قلما يجلسون للقراءة لمدة طويلة .

في بعض الأوقات ، يعرف معدل الادراك على أنه معدل رد الفعل تجاه الصفحة . أو بمعنى آخر ، كم أنت سريع في تفكيرك أو في رد فعلك تجاه ما ترى . ولا شك أن المعدل البطيء للادراك يسبب سرعة بطيئة في القراءة . لأن

اطالة الوقت ، حتى لو كان بالثواني على الكلمة أو الكلمات في كل صفحة ، معناه تخفيض عدد الكلمات المقروءة في الدقيقة من دون زيادة مستوى الفهم ، أضف إلى ذلك ان المعدل البطيء للادراك كثيراً ما يشجع على ممارسة الارتداد أو النكوص . لذا فالآن ، هناك ثلاثة عوامل أو متغيرات تستطيع أن تخفض من فاعلية قراءتك وهي : المعدل البطيء للادراك ، الوقفات الطويلة والكثيرة جداً ، والارتداد أو النكوص . بالطبع ، هذه العوامل الثلاثة ليست لها علاقة بامتحانات الذكاء ولا بالمحرضات ولا بالمفردات .

ويحتمل أن تسأل - الآن - عن كيف تتعلم الكلمات الجديدة وتبني حصيلة جيدة من المفردات إذا لم تتوقف لمعاينة تلك الكلمات ؟ بالطبع ، لقد تحدثنا عن كيفية تنمية الحصيلة اللغوية في الفصل السابع ، ولكن النقطة التي ينبغي الإشارة إليها هنا هي أنه بالرغم من التسليم بصحة القول ببطء معدل الادراك مع الكلمات الجديدة ، إلاّ أنه لا ينبغي أن يكون كذلك مع غيرها من الكلمات . وبما أن غالبية الناس يعرفون غالبية الكلمات التي يقرأونها كل يوم ، فان معدل الادراك ينبغي أن لا يكون مشكلة . ان السبب الوحيد الذي يجعل من معدل الادراك مشكلة هو كون غالبية الناس لم يعملوا على تنميته وتطويره . ويمكنك أن تدرب نفسك في مجال الادراك مما سيجعل منك قارئاً أسرع وأفضل .

وهنا نقطة مهمة ينبغي تذكرها وهي أن معدل الادراك يتم تعلمه في السنوات الأولى من سنوات التعلم . فالشائع هو أن الطلاب والطالبات يتلكأون في قراءاتهم ، خصوصاً عندما تعطي لهم كلمات جديدة بشكل مستمر . لذا فمن السهل أن ينشأ المعدل البطيء للادراك بالنسبة لكل الكلمات ، الجديدة منها والقديمة ، ويعبر عن هذه المشكلة في بعض الأوقات بـ « العيون الكسولة » ، ولكن عينيك لا تكونان كسولتين إلاّ إذا سمحت أنت لهما بذلك . وإذا كنت قارئاً سريعاً ، فان معدل الادراك لديك يكون سريعاً ، من دون

تحديق طويل او تردد . انك وخلال مرحلة الادراك ، تدرك بكل سرعة وفاعلية كلمة أو مجموعة من الكلمات كما وتفهم في الحال المعنى المقترن بتلك الكلمات . وبما أن هذه العملية سريعةً جداً ، فان سرعة القراءة لديك هي أيضاً سريعة جداً . كما أن مستوى الفهم سريعاً بدرجة متساوية . والسبب يعود إلى تلقي العينين والدماغ لأفكار الكاتب بشكل سريع : ويمكن مقارنة كل العملية بالكمبيوتر . إذ أن بعض أجهزة الكمبيوتر يفوق البعض الآخر في سرعة المعالجة . أما الدقة فهي متساوية في النماذج الجديدة والقديمة . ان أدمغتنا هي كأجهزة الكمبيوتر بقدرات هائلة ومثيرة . انها تمتلك الطاقات والقدرات لمعالجة الكلمات بسرعة مثيرة . وعليك فقط ان تغذي الدماغ بها بشكل أسرع عن طريق القراءة بشكل أسرع .

زيادة المعدل

يحتمل أن يكون السبب الوحيد وراء بطء الادراك لديك هو كونك لم تدفع به أبداً إلى الأمام بجدية . ولقد قلت لنفسك أن النتيجة الوحيدة من وراء محاولة رفع معدل الادراك هي الإرباك أو الحرمان من الفهم ، لذا فانه ينبغي عليك الرضا بمستواك الحالي . بالطبع ، لقد أردت أن تزيد من سرعة قراءتك ولكن لم تكن تعلم كيف . حسناً ، انك تعلم الآن . فمن الآن وصاعداً ، الشيء الوحيد الذي يأخذك إلى الوراء هو فشلك في استخدام القدرات المطلوبة لتغيير العادات القديمة واستبدالها بأخرى جديدة . انك تستطيع أن تغير من معدل الادراك لديك عن طريق اجبار نفسك على أن تقرأ بشكل أسرع . انك تستطيع أن تنمي من عضلات عينيك وأن تخلص نفسك من « العيون الكسولة » . ولكنك تحتاج إلى الرغبة . انني أستطيع أن أريك التقنيات ، ولكنك أنت الذي ينبغي عليه استخدامها ، وهنا يأتي دور مستوى التحريض والحث لديك . ما مقدار الطاقة التي ترغب في استخدامها من أجل تنمية كفاءة القراءة لديك ؟ لقد قال أحد لاعبي كرة القدم المشهورين مؤخراً

« أن أي شيء ذي قيمة عالية لا يمكن أن يأتي برخص . وإذا كان الثمن غالياً ، فان أي شاب لا يرغب في قبوله في بعض الأحيان . لذا عليك أن تـدفعه إلى ذلك لان كل إنسان لديه من الطاقات أعظم بكثير مما يظن انه يمتلك » .

ان ما ذكرناه سابقاً يشير إلى أنه ينبغي عليك أن تدفع بنفسك إلى الأمام لكي تتفوق وتنجح . عليـك أن تدفـع بنفسك إلى الأمـام بشكل واعٍ . أجبـر نفسك على أن تقرأ بسرعة . وفكّر في السرعة كما تفكر تمامـاً في محتوى مـا تقرأ . فإذا ما نسيت السرعة ، فانك سوف تتـوقف عن القراءة بسـرعة إذ انـك ستعود إلى عاداتك القديمة في القراءة . ثم انك إذا لم تفكر فيما تقرأ (إلى حد ما) ، فان فهمك سوف يتدنى إلى الحد الـذي تشعر معـه بالخيبـة . لذا فـأن تركيزك الأساسي في البداية ينبغي أن يكون على القراءة بشكل أسـرع ومن ثم على ما يقوله المؤلف .

والآن ، إقرأ الفقرة التالية مع اعطاء الأولوية للسرعة ومن ثم للفهم .

القراءة رقم (١٩)
الكتب الهزلية تدخل هوليوود

ان نظرة على عروض التلفزيون التي تنتجها هوليوود في الوقت الحـاضر سوف تكشـف عن أن كثيراً من مشاهير الأمس في الكتب الهزلية أصبحوا نجوم التلفزيون في الوقت الحاضـر . فهناك السـوبرمـان والرجـل العنكبوت والمـرأة العجيبة والبات مان وروبين ، كلها يمكن مشاهدتها من خلال الشاشة الفضية . أما آخر عرضين تلفزيونيين ، السفينة التي لا تصدق والقبطان الأمريكي ، فهما يقـدمان مشـاهير أكثـر للشباب الأمـريكيين والذين يشـاهدون مـا فيهما بمتعـة جامحة . بعض المتشـائمين ، يحتمل أن يقـولوا أن التلفـزيون قـد تحول إلى كتاب هزلي كبيـر ، ولكن غالبيـة المشاهـدين يشاهـدون وبقصد عـظماءهم أو مشاهيرهم الجدد والمفضلين وهم يتفوقون على الأشخاص السيئين .

١ ـ ان كثيراً من مشاهير الأمس في الكتب الهزلية يشاهدون على شاشات التلفزيون الآن . . . .

٢ ـ ان الشخص السيء والأرشيفي في الببات مان يدعى جوكر . . . .

٣ ـ ان أحدث عرض هو المرأة العجيبة . . . .

٤ ـ ان بعض الناس ينظرون إلى كل هذه العروض التلفزيونية على انها كتب هزلية الكترونية معاصرة . . . .

٥ ـ ان كلارك كينت هو السوبرمان المتنكر حقيقة . . . .

تغيير المعدل

ان حركة أخرى من حركات العين الأساسية بالنسبة للقراءة السريعة تدعى « تغيير معدل السرعة » . وهي حركة تستطيع أن تزيد من عدد الكلمات المقروءة في الدقيقة بشكل كبير» . بالطبع ، يحتمل ان تسأل « ماذا يفعل تغيير معدل سرعة قراءتك تماماً ؟ » المثال التالي سوف يوضح هذه النقطة ، كما سيعطيك فهماً أفضل للأهمية التي يمكن أن تكون عليها هذه الكفاءة . انك تستطيع ان تحدد وبدقة معقولة المسافة التي يمكن أن تقطعها خلال عام كامل بواسطة سيارتك . ولكن هل يمكنك أن تحدد المسافة التي تقطعها عيناك أثناء القراءة ولمدة سنة كاملة ؟ ربما لا . ان هناك احتمالات بأن عينيك تسافران لمسافة (١٦٠٠) قدماً في اليوم أثناء عملية القراءة ! وهذا الرقم الذي ينطبق على غالبية الكبار يعطي رقماً سنوياً قدره (٥٨٤٠٠٠) قدماً ، أي حوالي (١١٠) ميلاً أو (١٧٧) كيلو متراً . أما إذا كنت طالباً جامعياً أو طالباً في المدارس الثانوية ، فان العدد قد يصل إلى الضعف . فهل تتصور أن تقطع مسافة (١١٠) ميلاً أو (٢٢٠) ميلاً في سيارتك بسرعة بطيئة وثابتة ؟ أو هل تتصور أن تقطع مسافة (١١٠) ميلاً بسرعة (٢٠) ميلاً في الساعة على أن تتوقف طويلاً بين الفينة

والأخرى ؟ يحتمل ان تقول أنه أمر مضحك . نعم انه كذلك ، ولكن تلك هي الطريقة التي يمارسها بعض الناس أثناء القراءة ، كما ان هدفهم هو شبيه بالهدف من قيادة السيارة : ان هدفهم هو الوصول إلى نقطة محددة سلفاً . ويحتمل أن يكون هدف السائق أن يصل إلى مدينة بعيدة أو إلى ولاية أخرى ، بينما هدف القارىء هو أن ينهي قراءة صفحة أو فقرة . ان كلاهما ، السائق والقارىء ، يحتاجان إلى أن يندفعا إلى الأمام بمعدلات متغيرة حسب الظروف التي يواجهانها .

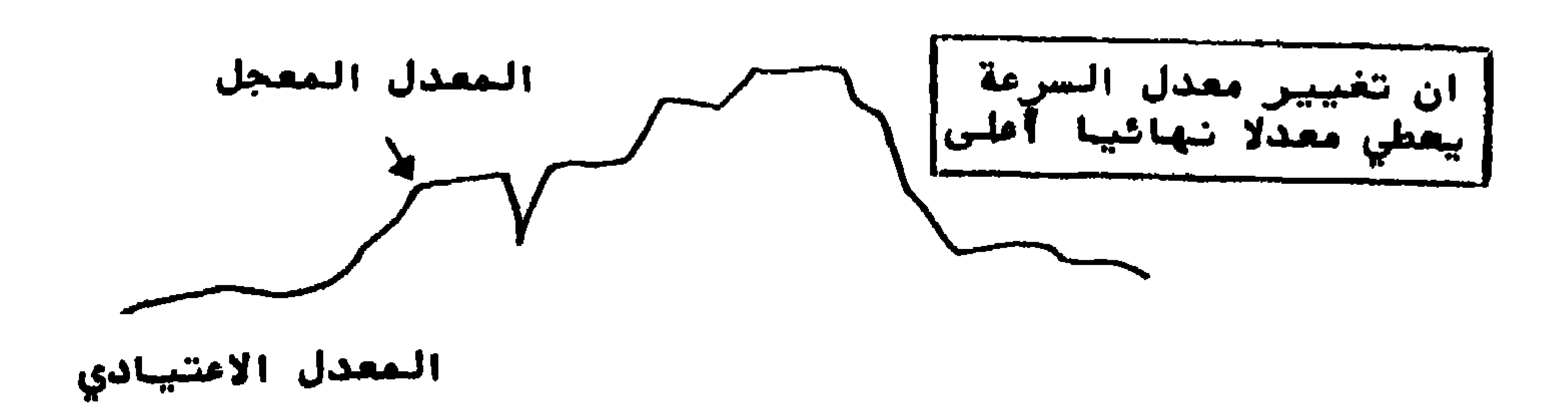
ان على القراء أن يغيروا من سرعاتهم في القراءة تماماً كما يغير الناس من سرعاتهم أثناء قيادتهم لسياراتهم . كما أن السرعة في القراءة ينبغي أن تتغير تماماً كما يتغير الهدف من القراءة ، مستوى الصعوبة ، ونوع وأسلوب الكاتب والكتاب . ان تغيير معدل السرعة في القراءة يعطيك خيارات أوسع في عملية الإستفادة من طاقاتك بالنسبة للكلمات . لماذا تستفيد من طاقاتك وبمستوى واحد ومتساوي بالنسبة لكل الكلمات ؟ إسأل نفسك فيما إذا كانت الكلمات متساوية القيمة في معانيها . وهل كل الكلمات متساوية الأهمية في علاقتها برسالة المؤلف أو أفكاره ؟ الجواب هو لا ، بكل وضوح . إذن ، ينبغي أن تستخدم طاقات القارىء بشكل متناسب .

ان من نتائج تغيير معدل سرعة قراءتك ، زيادة النشاط العقلي وزيادة المعدل الكلي للسرعة، وتحسن درجة الفهم . ولكن ومن أجل تحقيق هذا الهدف ، عليك أن لا تتلكأ في القراءة كما يفعل كثير من القراء الذين يقرأون في خطوط أفقية . طوّر بعض الحركات العمودية للعين تماماً كما تفعل في قراءة الجريدة اليومية . اقتنع بهدف الكاتب وأسلوبه . اسمح لعينيك أن تفحصا الصفحة كاملة قبل وبعد قراءتها . اختر الكلمات المفتاحية أو الجمل الرئيسية . إبحث عن إشارات الإنطلاق والتي يمكن أن تساعدك في الإسراع في قراءتك . ان كلمات مثل « على سبيل المثال » و « مثلاً » تعطي إشارة إلى القارىء بقرب

ورود افكار مماثلة او بديلة . فإذا كنت قد فهمت فكرة الكاتب ، فيحتمل أن تبغي تخطي المثال أو الأمثلة . أما الإشارات التحذيرية مثل « ومع ذلك » ، « لكن » ، « مع ان » و « من ناحية أخرى » فهي تخفض من سرعة القارىء أو على الأقل تشير إلى ضرورة زيادة التركيز على النقاط التي ستأتي . ان إشارات الإنطلاق والإشارات التحذيرية تشير إلى نمط تفكير الكاتب ، لذا عليك أن تعمل جهدك من أجل تعقبه ومتابعته .

ان العينين هما خادمتان للعقل وعليهما أن تؤديا دورهما في عملية القراءة ، تماماً ، كما تفعل اليدان عندما تكونا في خدمة الأوامر الصادرة عن العقل . بالطبع يمكنك أن تعمل على تغيير معدل سرعة قراءتك عند قراءتك لأية مادة ، إذ أن عملية التغيير قابلة للإستخدام مع كل مستويات القراءة ، سواء منها ذات التقنية العالية أو الترفيهية .

والآن ، ماذا يفعل تغيير معدل السرعة ، حقيقة ؟ انه : (١) يزيد من الوعي العقلي ، (٢) يستخدم الطاقة بشكل أكثر فاعلية ، (٣) يركز الطاقة كلما كانت هناك حاجة إليها ، (٤) يزيد من معدل السرعة الكلي ، و (٥) يساعد في تنمية مستويات أفضل من الفهم . والشكل رقم (١٠) يوضح كيف أن عملية تغيير معدل السرعة تحقق كل النقاط الخمس .



وكما يمكنك أن ترى من خلال الشكل ، فان معدل السرعة الكلي يكون أعلى إذا ما مارس القارىء تغيير المعدل على فترات . انه يستطيع أن يقرأ الأشياء المهمة ببطء بينما يدفع بسرعته إلى الأمام في القراءات أو النقاط السهلة . والنتيجة النهائية هي مضاعفة السرعة إلى جانب تنمية وتطوير الفهم وذلك بتركيز الطاقات العقلية التي تعمل بأعلى مستوياتها في مجال النقاط الرئيسية للمؤلف .

القراءة رقم (٢٠)
القراءة هي كفاءة

لا يتوقع أحد أن يولد وهو يحمل معرفة في الموسيقى أو في الرياضة ، إذ أن الأمر يحتاج في الغالب إلى وقت طويل لكي تخلق موسيقياً جيداً أو لاعباً مشهوراً . فمثلاً ، ان غالبية الآلات الموسيقية تحتاج إلى ساعات من التدريب والتمرين . إذن ، لماذا ينبغي لنا أن نتوقع امتلاك كفاءات جيدة في مجال القراءة من دون بذل أي مجهود ؟ والجواب انه يحتمل أن نكون كلنا نتوقع ذلك ، ولكننا بلا شك سوف لن نحصل عليها من دون أن نمتلك التوجيه والتمرين في النوع المناسب . ان الإنسان المتوسط يحتمل أن يشاهد التطور السريع في سرعة قراءته إذا ما بذل جهداً قليلاً جنباً إلى جنب مع استخدام التقنيات الواردة في هذا الكتاب . بالطبع ، ليس من الصعب ان تضاعف من سرعة قراءتك ، ولكن فكر ـ فقط ـ فيما يمكنك فعله إذا ما كان عليك أن تتدرب لأسابيع قليلة فقط .

١ ـ ان أولئك الأشخاص الذين يمتلكون ذكاءً عظيماً ، هم من يحتمل كثيراً امتلاكهم لكفاءات جيدة في مجال القراءة . . . .

٢ ـ ان مدى البصر يلعب دوراً مهماً في القراءة السريعة . . . .

٣ ـ ان الإنسان المتوسط يستطيع ان يرى تطوراً سريعاً إذا ما بذل جهداً

قليلاً جنباً إلى جنب مع استخدام تقنيات هذا الكتاب . . . .

٤ ـ اننا في الغالب نحتاج إلى وقتٍ طويل لكي نخلق موسيقياً جيداً أو لاعباً مشهوراً . . . .

٥ ـ إن القـراءة السـريعـة لا يمكن مقـارنتهـا بـالمـوسـيقى ولا بالرياضة . . . .

« ٩ »

عقبات ينبغي ازالتها

لقـد أكملت ـ الآن ـ ثمانيـة فصول من هـذا الكتـاب ومن خـلالهم قـد أصبحت قارئ أفضل . لقد طورت كفـاءاتك في مجـال القراءة ، عـاداتك ، وأوضـاعك الجسمـانية . أنت ـ الآن ـ أكثـر معرفـة بالقـراءة وبقدرتـك فيها . فمثلاً : (١) لقد تعلمت ان تقرر أو أن تحدد مـا هي حاجـات قراءتـك وكيف تلبيهـا . (٢) لقد تعلمت كيف تتم مقـارنة كفـاءاتـك في القـراءة بمـا يمتلكـه الآخرون المتساوون معك في الخلفية التعليمية . (٣) لقد تعلمت ان تقرأ أسرع وأسرع . (٤) لقد تعلمت ان تـطور أو تنمي من فهمك . (٥) لقـد تعلمت أن تكون قارئاً متوازناً قادراً على تطبيق كفـاءات مختلفة في حـالات مختلفة من القراءة .

وفي الحقيقة ، لقد عرفت حجم كثير من مكتسباتك الجديدة في مجـال القراءة . ان كل الإمتحانات القصيـرة التي أنجزتهـا حول القـراءات والفقرات المختلفة تشير إلى سرعتك وفهمك . أو بمعنى آخر ، انهـا تشير إلى تقـدم ، حقيقة . لكن وبغض النظر عن حجم التقـدم الذي أحـرزته ، فـانه بـامكانـك وبشكل مؤكد أن تستمر في احراز المزيد . كيف يكون ذلك ، هذا هو السؤال .

يمكن أن تسأل ، كيف فعله الآخرون ؟ كيف استمر الآخرون في التطور والنمو ؟ أو يمكن أن يكون السؤال هو : ماذا منعهم من تحقيق السرعات العالية التي أرادوها في مجال القراءة ؟ بعد مضي ما يقرب من عشرين سنة على بدء تدريسي للقراءة السريعة ، فقد استنتجت أن هناك ثمانية أسباب رئيسية وراء عدم تمكن كثير من الناس من تحقيق الكفاءات العالية التي يريدونها في مجال القراءة . وهذه الثمانية أسباب هي :

١ ـ ضيق مجال الرؤية . ان بعض الناس يرون الحروف بدلاً عن رؤية الكلمات عندما يقرأون . ان مجال الرؤية لديهم هو من الضيق بمكان بحيث لا يقرأون حتى كلمة واحدة في كل وقفة . لذا فان سرعتهم هي شبيهة بحركة الحلزونات أو القواقع . وإذا ما أرادوا أن يقرأوا بشكل أسرع ، فان عليهم أن يبرعوا في تقنية مجال الرؤية ، إذ أنها عامل رئيسي في عملية تنظيم معدلهم في القراءة أو قدرتهم . ان غالبية الناس يستطيعون قراءة كلمة واحدة ـ على الأقل ـ في كل وقفة ، فإذا ما أرادوا أن يقرأوا بشكل أسرع فليس عليهم إلاّ أن يوسعوا من مجال الرؤية لديهم بحيث يرون كلمتين في كل وقفة . ويمكن أن يتسع مجال الرؤية لديهم بحيث يشمل خمس كلمات في الوقفة الواحدة حسب المحرضات وكمية التمارين . بالطبع ، بعض الناس ينتقدون القراءة بهذا الشكل مدعين بأن قراءة سريعة كهذه هي قراءة فقيرة بشكل تلقائي . وهذا ليس صحيحاً . إذ أنه إذا كان القارىء يقرأ بكفاءة أكبر ، وينهي ما يقرأ بشكل أسرع وأبسط ويفهم بشكل أكبر ، فمن سيقول انها قراءة فقيرة ؟ وفي الحقيقة ، انه صحيح ـ وبشكل عام ـ أن القراء البطيئين هم أقل اطمئناناً حول معنى ما يقرأون من القراء السريعين . انهم ـ في الغالب ـ الذين يعانون من مشاكل القراءة حتى يتقنوا الكفاءات المختلفة .

ان الأبحاث قد أوضحت وبكل دقة كيف تتحرك العين أثناء القراءة . وان الأمر يرجع إلينا في الإستفادة من هذه الإكتشافات لكي نطور من حركات أعيّننا

أثناء عملية القراءة . ومن الضروري أن تفهم كيف ولماذا تتحرك العين بالطريقة التي تتحرك بها من أجل ان تقرأ . وهو ما قد أوضحه هذا الكتاب . ان عقلك وعينيك يستطيعون التقاط أكثر من كلمة في أية لمحة . وأن كثيراً من الناس يتأخرون ـ فقط ـ بسبب مجال رؤيتهم الفقير . لقد تعودوا على قراءة كلمة واحدة في كل وقفة ولمدة طويلة جداً ، لذا يصعب عليهم أن يتغيروا . وهنا يأتي دور الصبر والتمرين . كل واحد يستطيع أن يتغير إذا ما أراد ذلك . ان المحرضات والرغبة ، جنباً إلى جنب ، مع ما جاء من خطوات في هذا الكتاب هي المفاتيح إلى قراءة أفضل وأسرع .

٢ ـ الارتداد . ان إعادة القراءة هي عامل اتلاف للوقت واحراق لعدد الكلمات المقروءة في الدقيقة ، أي انها عامل لتخفيض السرعة . كيف يمكن احراز السرعة إذا كان القارىء يؤدي حركات إلى الوراء أثناء القراءة ؟ ان السرعة هي حركة أمامية أو على الأصح ، انها حركة أمامية سريعة . وان أية حركة خلفية أو إلى الوراء تؤدي إلى اعاقة أو تخفيض السرعة . ان أسهل تقنيات القراءة السريعة التي يمكن اتقانها هو الغاء الارتداد .

ويحتمل أن يكون السؤال المهم هو : هل أنت تمارس الارتداد لانك تريد ذلك ببساطة ، أم انك تمارسه بسبب العادة ؟ في كثير من الأحيان ، يعيد الناس قراءة الكلمات لانهم يشعرون بارتياح أكبر من جراء فعلهم ذلك . ان فعلهم ذلك يعطيهم شعوراً بالطمأنينة وشعوراً بأنهم يفهمون أكثر . انهم يدعون بأنهم يضحوا بسرعتهم من أجل الفهم . ولكن الحقيقة هي أن كثيراً من الناس يمارسون الارتداد لانه قد أصبح عادة عندهم . بالطبع ، يحتمل أن يكون الابصار الضعيف والفقير سبباً صحيحاً للارتداد ، وقد تكون حصيلة المفردات الفقيرة سبباً آخراً . ولكن هذين السببين لا ينطبقان على غالبية الناس . وهذا ليس للقول بأننا جميعاً لا نمارس الارتداد من حين إلى آخر . مع ذلك ، فان حركات الارتداد ينبغي أن تكون قليلة ومتباعدة جداً . ان تحديد حركات

الارتداد هو شيء أساسي إذا كنت تريد أن تصبح قارئاً سريعاً .

٣ ـ التلفظ الجزئي . ان الإعتماد على سماع الكلمات عقلياً يؤدي بكثير من القراء إلى عدم تمكنهم من القراءة بالسرعة التي يبغونها . ان سرعاتهم تنخفض بسبب انتظارهم لسماع الكلمات عقلياً . انهم يمارسون تلفظ الكلمات جزئياً خلال قراءتهم لأي كتاب وهو ما يخلق عندهم حواجز اصطناعية أمام معدلات سرعة عالية ومرنة . ان القراءة اللفظية هي نتاج لما تعلمه الإنسان في أيام طفولته في الغالب . بالطبع ، ليس من غير الشائع أن ترى طلاباً يستخدمون تقنية تلفظ الكلمات عندما يستذكرون دروسهم أو عندما يحضرون لامتحاناتهم الصعبة ، عندما تصعب المادة ، يلجأ كثير من الناس إلى استخدام حواسهم الإضافية (كالسماع عن طريق التلفظ) من أجل أن يتمّوا تلك المادة الصعبة . لكن ذلك لا يعني تحسناً في مستوى الفهم لانه من غير المعلوم أن القارىء يمارس التلفظ والسماع من أجل ذلك أم لا . والسؤال الحقيقي هو ، ماذا يفعل الإعتماد على سماع الكلمات بالنسبة للسرعة ؟ والجواب الواضح على ذلك هو ، انه يخفض منها .

٤ ـ قراءة كل شيء بنفس السرعة . قد تكون هذه الطريقة في القراءة هي الطريقة الأكثر التي أسيء فهمها . فغالبية الناس قد قيل لهم بأن يقرأوا بمعدل سرعة ثابت ، وفيما بعد قاموا بتطبيق ذلك المعدل في كل قراءاتهم مع بعض الاستثناءات انهم يقرأون الروايات بنفس السرعة التي يقرأون بها الصحف اليومية . أو انهم يقرأون الصحف اليومية بنفس السرعة التي يقرأون بها بوليصات التأمين . انهم يلومون مدارسهم ومعلميهم ويقولون « لم يعلمنا أحد بشكل مختلف أبداً » . والحقيقة هي انه في غالبية المدارس الإبتدائية التي رأيتها ، كان التركيز منصباً على تعليم الأطفال القراءة ، لا على معدلات سرعاتهم . ومن عادة المدارس الإبتدائية أن تعلم الأطفال القراءة في السنتين الأولى والثانية ، ثم تصرف بقية سنوات الدراسة الإبتدائية الثلاث في بناء

حصيلتهم اللغوية . أما تنمية معدلات السرعة عند الأطفال فلا يخصص لها إلاّ جزءاً بسيطاً من الجهد أو لا يخصص . بالطبع ، قد لا يكون هذا الأمر منطبقاً على جميع المدارس ، لكنني أؤمن بأنه منطبق على غالبيتها .

ويحضر الناس دروس القراءة السريعة وهدفهم ان يصبحوا قادرين على قراءة كل شيء بمعدل سرعة جديد قابل للملاحظة . انهم يريدون من حضورهم أن يستبدلوا معدلات سرعاتهم البطيئة الثابتة والقديمة بأخرى سريعة وثابتة . ولكن القراءة السريعة ليست هي كل هذا . دعنا ، إذن ، نقارن العملية بالمشي وبالجري . ان غالبية الناس يمشون . وقد يكون هدف البعض أن يمشوا بسرعة أو أن يركضوا بمعدلات سرعة عالية . انهم يستطيعون تعلم المشي بشكل أسرع ـ إلى أي حد ـ هذا يعتمد على عدة عوامل كالتمرينات والتكتيكات والتحريض والوضع الجسماني وما أشبه . ولكن حتى أولئك الذين صاروا عدائين سريعين للغاية ، لا يستطيعون أن يحتفظوا بمعدلات سرعاتهم لوقت طويل . انهم ينتهون بمعدلات متغيرة نتيجة لعوامل متغيرة ، وهذا تماماً ما يحدث بالنسبة للقراءة السريعة . فالمفتاح هو أن تبدل من معدل سرعتك في القراءة ، لا أن تقرأ كل شيء بسرعة ثابتة واحدة ـ بطيئة أو سريعة ـ .

ويمكن مقارنة القراءة بالسفر بواسطة سيارة . فإذا كان هدفك أن تذهب من بيتسبيرغ إلى ميامي ، فان الظروف المتغيرة طيلة المسافة بين المدينتين تحتاج إلى تغيير معدل السرعة . ان أحداً لا يريد شراء سيارة تتحرك بسرعة واحدة ثابتة . والقراءة ينبغي أن تكون مثل قيادة السيارة ـ مرنة ، قابلة للتكيف وذات هدف .

٥ ـ التركيز الرديء . انني كثيراً ما أسمع جملاً كهذه . « لو كان باستطاعتي التركيز فقط ، لكنت حصلت على نتائج جيدة » . أو « لو كان بامكاني التركيز لاستطعت القراءة بشكل أسرع ، ولكني أتعب بسهولة . انني أتوقع أن يكون مجال الإنتباه عندي قصيراً » . قال لي أحد رجال الأعمال مرة :

« انني سأعطي ألفاً من الدولارات من أجل أن أتعلم كيف أركز على ما أقرأ . انني أفكر في أشياء كثيرة عندما أقرأ . انني أراقب الناس من حولي . انني أبعد نظري عن الكتاب ثم أعيده إليه ، محاولاً أن أجد المكان الذي توقفت عنده . ثم أقرأ قليلاً . أمارس أحلام اليقظة لبعض الوقت . أفكر في أشياء أخرى . ثم أقرأ لبعض الوقت . بعد وقت قصير جداً ، أشعر بالضجر . انني أعتبر تركيزي سيئاً . انني أشاهد آخرين يجلسون لساعات، من دون أية حركة، للقراءة فقط. انني أتمنى أن أتمكن من فعل ذلك ».

ان هذا النمط من المعاناة شائع . وهو يحدث لكل الناس مرة بعد أخرى . ولكن بامكانك أن تتعلم التركيز ، إذا ما أدركت أن التركيز السيء أو الرديء هو واحد من بين مشاكل القراءة لديك . ان الفكرة الخاطئة حول التركيز تكمن في أن كثيراً من الناس يعتقدون بأنه بالامكان الوصول إليه عبر الارتداد أو عبر الوقفات الطويلة أو عبر القراءة البطيئة . ان هؤلاء الناس فشلوا في ادراك أن معدل السرعة المتوسط أو السريع هو الذي يجبرنا جميعاً على الإنتباه . أما إذا قرأنا ببطء فان أدمغتنا سوف يكون لديها الوقت لكي تمارس أحلام اليقظة والتجوال . ان القراء السريعين هم في الغالب قراء جيدون وأن القراء البطيئين هم كثيراً ما يكونون قراء قليلي البراعة .

ان السرعة والفهم مترافقان كالخبز والزبدة ولا يمكن فصلهما . وكلما زدت في سرعتك ، كلما زدت في قدرتك على الفهم . وفي الحقيقة ، انك تزداد فهماً لانك تركز أكثر . ومع السرعة العالية ، تغطي جزءاً أكبر من المادة ، تحصل على أفكار أكثر ، تحقق فهماً أوسع وتتذكر أكثر ـ كل ذلك في مقدار محدد من الوقت . فإذا استخدمت ذلك المقدار المحدد من الوقت في مجرد تصفح الكتاب فكيف ستكون النتائج ؟

٦ ـ ليس من الضروري قراءة كل كلمة . ان احترام أو تبجيل الكلمة المطبوعة هو شيء مرعب . ان كثيراً من الناس لا يتجرأون على تخطي كلمة أو

جملة أو عبارة لانهم سيشعرون بأنهم ارتكبوا جرماً . أو انهم سيشعرون بأنهم قد أضاعوا شيئاً . حقاً ، انه لتضليل ومُخادعة . فكل كلمة مطبوعة أو مسموعة ليست ذات أهمية متساوية ، لذا فمن غير الحكمة استخدام الطاقات والقدرات الإنسانية وتطبيقها على تلك الكلمات بالتساوي . والأبحاث بينت أننا عندما نستمع إلى شخص آخر ، فاننا لا نسمع كل كلمة من كلماته ، اننا نسمع سيلاً من الأفكار . أما في مجال القراءة ، فانك تستطيع أن تمرن أو تدرب نفسك لكي تقرأ عن طريق رؤية الكلمات التي تحتاج إلى رؤيتها . وعلاوة على ذلك ، حين القراءة بسرعة ، يحتمل أن تجد بأنك قريب من سيل أفكار الكاتب تماماً كما لو كنت تحاول أن تقرأ كل كلمة . ان الكلمات غير المهمة تدخل على الخط لتعيق السرعة فتجعلها بطيئة . كما أن غالبية المؤلفين والكتّاب لا يريدون أبداً من قراءهم أن يتمسكوا بكل كلمة في كل جملة في كل فقرة في كل صفحة . عندما تنهي قراءة هذا الكتاب ، هل ستتذكر كل كلماته ؟ من الواضح ، لا . هل تستطيع أن تتذكّر كل كلمة تكلمتها اليوم ؟ من الواضح ، لا . ان على الناس أن يتعلموا كفاءة تطبيق السمع الانتقائي أو الإستماع الإنتقائي والقراءة الإنتقائية . بالطبع ، لا ينبغي الخلط بين تلك وبين استماع ما تريد أن تسمع فقط ، أو بين تلك وبين القراءة في مادة من أجل ان تجد ما تريد فقط . انها عملية من التناغم السريع والدقيق ، مع بذل أقل مجهود ، مع رسالة رجل آخر يحاول نقلها .

٧ ـ فقدان الدافع . ان بعض الناس هم قراء بطيئون لأنهم بكل بساطة لا يجبرون أنفسهم على القراءة بشكل أسرع أو لا يجبرون أنفسهم على كسر العادات القديمة . ان من الأسهل لهم أن يستمروا ويتقدموا باستمرار وان يستقروا ويهدأوا قليلاً . مثلهم مثل سالي التي جاءت لحضور دروسي وبعد الجلسة الأولى قالت : « هل تعلم ما هي مشكلتي ؟ انني أحتاج لان أضع نظارتي . انها في البيت ولكنني كسولة جداً للحد الذي يمنعني من

استخدامها . انها تشكل ألماً بالنسبة لي . انني أضيعها بشكل دائم على أي حال » .

لقد تجنبت وبكل قصد المناقشة في هذا الكتاب حول الابصار السيء والعوائق العقلية والعاطفية أمام القراءة لانني قد فعلت ما أعتقد انها بعض الافتراضات الأساسية جداً بالنسبة للناس . . . فمثلاً لو أن سالي اهتمت بابصارها السيء ، لاستطاعت اتقان التقنيات التي وردت في هذا الكتاب . أما جو فقد كان بامكانه اتقان الخطوات والتقنيات التي وردت في هذا الكتاب لو أنه كف عن مقاومته لرغبته في تطوير قراءته . لقد افترضت أن هذا الكتاب هو لأمثالك من القراء الذين يملكون الرغبة والقدرة والقرار بقبول هذه المفاهيم وتطبيقها على أساليبهم في القراءة حتى يصبحوا قراءً أفضل وأسرع وأقوى .

وليس هناك من جواب سهل لفقدان الدافع . وما يمكنني قوله هو أن الأمر كله يعود إليك . أنا أستطيع ـ فقط ـ أن أريك كيف تقرأ بسرعة . أما أنت فعليك امتلاك الطاقة والقدرة العقلية والجسمانية لكي تجعل من العينين والعقل يعملون بالطريقة التي وصفتها في هذا الكتاب والتي يستطيع الإنسان المتوسط العمل بها .

٨ ـ المبالغة في الإهتمام بالفهم . ان كل إنسان يريد أن يقرأ عدداً كبيراً وغير محدود من الكلمات في كل دقيقة أو أن يقرأ بمعدل مثير يعتقد أنه ينطبق ومفاهيمه الذاتية . ليس هناك أي خطأ في ذلك . ولكن المشكلة هي أن كثيراً من الناس يريدون أن يتعلموا ذلك من دون أن يتأثر مستوى أو معدل الفهم لديهم ـ سلباً أو إيجاباً ـ بالطبع ، يمكنك أن تضع علامة استفهام حول الجملة الأولى « ان كل إنسان يريد ان . . . » ولكن دعنا أن ننظر إلى أمريكا بشكل عام . اننا نعيش الآن في مجتمع حيث هناك تأكيد عظيم على السرعة . . فمثلاً السيارات السريعة أفضل من السيارات البطيئة ، محلات الوجبات السريعة هي أكثر شعبية لانها سريعة ، هناك في محلات البيع قسم للمحاسبة السريعة

لأولئك الذين هم في عجلة من أمرهم ، والضاربات السريعات على الآلات الكاتبة يتسلمن المناصب الرفيعة . ان أخذ مقررات تعليمية قصيرة ، اتقان كفاءة بسرعة ، اتمام العمل بسرعة ، القراءة بسرعة ـ هي مجموعة أمثلة قليلة من سلسلة طويلة لا نهاية لها . والحقيقة هي اننا نعيش ـ الآن ـ في مجتمع يكافىء ويشجع على السرعة .

كل هذا يأخذنا إلى الوراء ، إلى النقطة التي تقول بأن تتعلم كيف تقرأ بسرعة هو أمر ممكن ، ولكن ليس من دون أن يترك ذلك أثراً على معدل الفهم . بالطبع ، قد يكون الأثر مؤقتاً وقد يكون دائماً ، كل ذلك يعتمد على الشخص وعلى مجموعة أخرى من المتغيرات . انني ومن خلال تدريسي لأناس القراءة السريعة . قد وجدت كثيراً منهم يصرفون وقتاً طويلاً في التفكير حول فهمهم . أي أن طاقاتهم التي كان يجب صرفها من أجل كفاءات أفضل في مجال القراءة تبددت في غير مكانها . ان المسألة هي مسألة أولويات . وفي تدريس القراءة السريعة ، تجب أن يكون للسرعة الأولوية والسبق . أما الفهم والدقة فيتكفل بهما التدريب والتمرين . بعض الناس ، مشكلتهم انهم لا يتأقلمون ولا يصبرون ، لذا تجدهم يتركون القراءة السريعة ويعودون إلى قراءاتهم السابقة لانها تحفظ لهم مستوى معيناً من الفهم . في حين أن الإنسان ، في الواقع ، يحقق تقدماً ملموساً في مستوى فهمه في السرعات العالية على شرط أن يتعود عقله عليها من خلال التمرين والتدريب .

القراءة رقم (٢١)
ضرائب أقل لمن يحافظ على الطاقة

يحسن بمالكي البيوت والمؤجرين أن يستفيدوا من القوانين الفدرالية لخفض الضرائب التي صدرت أخيراً . ان هذه القوانين الجديدة تشمل مؤسسة الطاقة الوطنية التي وضعت حوافز ضرائبية لكي تشجع على حفظ الطاقة وتركيب معدات بديلة لها . وتتمثل هذه الحوافز في تخفيضات ضرائبية حقيقية على

الأموال التي يصرفها الأشخاص في شراء وتركيب أجهزة حفظ الطاقة كالمواد العازلة ، أبواب ونوافذ العواصف ، مواد سد الشقوق ، أشرطة المطاط السادة للفراغ بين الأبواب أو النوافذ واطاراتها ، وأنواع معينة من الأجهزة الأتوماتيكية لتنظيم الحرارة (الثيرموستات) . كما وتتمثل في تخفيضات ضرائبية حقيقية على الأموال التي تصرف في تركيب معدات شمسية ، حرارة باطنية ، أو على معدات لتوليد الطاقة عن طريق الرياح . بالطبع ، يمكن الحصول على معلومات اضافية عن القانون الضرائبي الجديد حول الطاقة (المنشور رقم ـ ٩٠٣) من مكاتب آي آر اس المنتشرة في أنحاء البلاد .

١ ـ هناك قانون ضرائبي صادر مؤخراً يشجع على حفظ الطاقة . . . .

٢ ـ ان القانون الضرائبي الجديد حول حفظ الطاقة صدر في عام ١٩٧٩ . . . .

٣ ـ ان نوافذ العواصف ومواد سد الشقوق مشمولة ضمن الحوافز الضرائبية . . . . .

٤ ـ ان المنشور رقم ـ ٩٠٣ يحتوي على معلومات مفصلة حول القانون الضريبي الجديد . . . .

٥ ـ ان الحوافز الضرائبية الجديدة وسعت لتشمل مصادر الطاقة الشمسية والحرارة الباطنية . . . .

القراءة رقم (٢٢)
لماذا يقول الناس انهم يقرأون

لماذا يقرأ الناس ؟ ان حجم القراءة التي يمارسها الأمريكيون العصريون ممتع للغاية لبعض الناس . في مجتمع اليوم التلفزيوني . ما مقدار ما يقرأه الناس حقيقة ؟ غالبية الدراسات التي صدرت في الوقت الحاضر ، أظهرت أن ما يقارب من (٩٠٪) من الأمريكيين الذين استجوبوا ، قالوا بأنهم قد قرأوا كتاباً

أو مجلة خلال الستة أشهر الأخيرة . بالطبع ، الاحصاءات تختلف من دراسة إلى أخرى ، ولكن استنتاجاً واحداً هو الواضح حقاً ـ ان الغالبية الساحقة من الأمريكيين يقرأون شيئاً أكثر تعقيداً من اشارات الشوارع ومن الإشارات الدعائية . ان السبب الأكثر شيوعاً ، الذي أعطي من قبل غالبية الناس ، للقراءة هو « المعرفة العامة » متبوعاً بشكل مباشر بالقراءات الترفيهية . اما السبب الثالث أو الرابع في غالبية القوائم فهو « الحصول على معرفة للعمل ، للوظيفة أو للمهنة » . إذن ، انه من الواضح جداً أن غالبية الأمريكيين لا يزالون يخصصون جزءاً عظيماً من وقتهم للقراءة ، وأن السبب الوحيد والأهم لقراءاتهم هو الحصول على المعرفة العامة .

١ ـ ان غالبية الأمريكيين لم يعودوا يقرأون كثيراً نتيجة لمشاهداتهم التلفزيونية الكثيرة . . . .

٢ ـ ان الدراسات الأخيرة تظهر أن الغالبية العظمى من الأمريكيين يقرأون . . . .

٣ ـ ان السبب الرئيسي الذي أورده غالبية الناس لقراءاتهم هو اكتساب المعرفة العامة أكثر من اكتساب المعرفة الترفيهية . . . .

٤ ـ ان غالبية الناس يقرأون من أجل تلبية حاجاتهم التعليمية . . . .

٥ ـ ان السبب الثاني الذي أورده غالبية الناس لقراءاتهم يندرج تحت عنوان المتعة والراحة . . . .

« ١٠ »

سلوك بعض المشاهير الأمريكيين في مجال القراءة

انه لمن الممتع أن نتأمل أساليب القراءة عند بعض الأمريكيين ، في الماضي والحاضر ، الذين كانت تتطلب منهم مواقعهم أن يقرأوا كثيراً . بالطبع ، هذا صحيح ـ خصوصاً ـ بالنسبة للرؤساء .

جورج واشنطن

يقال أن واشنطن كان يحب القراءة حتى عندما يكون على ظهر جواده . كان يحرك شفتيه ، مشكلاً بذلك المقاطع التي كان يقرأها ومستمعاً للكلمات بواسطة أذنه الداخلية . لم تكن سرعة قراءته كبيرة جداً كما كانت رغبته لقراءة كل شيء كانت يده تقع عليه . كان يحب قراءة الكتب الزراعية لانه كان يعتبر نفسه فلاحاً . كما كان قارئاً ثابتاً وشديداً مع نفسه حيث كان يتحرك إلى الأمام في قراءته ، أي انه لم يكن يمارس الارتداد بالرغم من أنه كان ـ من حين إلى آخر ـ يعيد قراءة بعض الفصول بشكل كامل .

توماس جيفرسون

كان جيفرسون يخطط ويرسم لقراءته ، كما انه لم يكن يسمح لنفسه بتجاوز البرنامج الذي وضعه حتى ينجزه بالكامل . كان يمتلك طاقة عظيمة من التركيز لانه كان لا يلهو ولا يبدد وقته ولا طاقاته . وبالإضافة إلى ذلك ، كان يؤمن بأن على الإنسان أن يختار مقررات في مجال القراءة بكل هدفية من أجل تمرين محدد أو من أجل معرفة ضرورية أو تهذيب أو ترفيه ، إلى حد أنه كان يضع قوائم بأسماء الكتب التي يمكن قراءتها في كل حقل .

كان يستخدم ساعة لكي يبرمج لنفسه بدقة وكان ينصح ويشكل دائم الآخرين باتباع طريقته . « معرفة أين أنت ، وماذا تفعل ، وكم الساعة ، وهل أنت مقصر في برنامجك ، وإلى أي حد » . من الواضح أن هذا ما كان يفعله مع نفسه في كل الأمور والمجالات ، وفي القراءة بشكل خاص . كانت سرعته هادئة دائماً ، بل وحتى بجلال ، مثل دقات ساعة فاخرة طويلة . ولكنها كانت عالية ، من دون خطوات كاذبة ، من دون تردد ومن دون ارتداد . لقد كان تقدمه عظيماً وحقيقياً .

ابراهام لينكولن

ان قصة تعليم ابراهام لينكولن لنفسه مستخدماً ضوء الشمعة قد أصبحت جزءاً مكملاً للأسطورة الفلكلورية الأمريكية . كان يطلب أو يستعير كل كتاب يشاهده ، مثله في ذلك كمثل بنجامين فرانكلين . لقد كان قارئاً تواقاً وشرهاً . وفي الفترة الأولى من شبابه ، كانت الفرصة ضئيلة جداً بالنسبة إليه للحصول على مادة عالمية واسعة للقراءة . فيما بعد ، درس كتب القانون بتفصيل عظيم ، حتى أنه في بعض الأوقات كان يقرأ الكلمات وكل السطور مرات عديدة . كان يستخدم عادات ابتكرها بنفسه في مجال القراءة في مهنته كمحامي وكقانوني وكرئيس . ويقال أن القراءة بالنسبة للينكولن ، كانت تشكل تنفيساً من القلق الدائم والمعذب الذي كان يعانيه طيلة الحرب الأهلية . ان قراءاته

لشكسبير بصوت عال أمام أفراد عائلته في البيت الأبيض كانت مألوفة بالنسبة لمن يعرفونه آنذاك . لقد عرف وهو في تلك الأيام السيئة المضطربة أنه يستطيع العودة إلى الأدب الذي يحبه من أجل إعادة الحيوية . لقد تعود القراءة بصوت عال لكي يسمع الكلمات فيشعر معها بالتجديد بعد ساعات طويلة من العمل المرهق في المكتب الرئاسي .

تيودور روزفيلت

كان تيودور روزفيلت يستعرض الكتب باستمرار وبدون تعب أو كلل ، كما وكان قارئاً سريعاً جداً . انه كان « كبير المروضين » في القراءة السريعة . لقد كان حجم ما يستطيع قراءته ـ في أي وقت ـ كبيراً ، إلى حد أنه لم يكن قابلاً للتصديق لو لم يترك لنا بعض الإشارات القيمة التي تشير إلى أساليبه وطرقه وكيفية تغطيته لذلك الحجم من المادة المكتوبة . بالطبع ، انه لم يتحدث أبداً في كلمات كثيرة عن سرعته في القراءة ولا عن معدلها الذي كان يتغير حسب أنواع الكتب ، ولكننا نستطيع أن نخمن أنه كان في بعض الأوقات يتخطى ويستعرض في قراءته المواد المكتوبة . نعم ، لقد كان يغير من معدل سرعته حسب هدفه من القراءة . وحول هذه النقطة ، لدينا مجموعة من الرسائل التي كتبها إلى ابنه ، كيرمت ، والتي تتحدث حول كيفية قراءته لكتابات ديكنز : « ان ما يثير انتباهي في كتابات ديكنز ويجعلني أفكر هو الخلط بين الأشياء . . . لذا فان الحكمة تدعوك إلى تخطي الهراء والثرثرة والسوقية والكذب وأن تستفيد مما يتبقى » . لاحظ ان هذه النصيحة الداعية للتخطي والمسح وتغيير المعدل ، صادرة عن قارىء محب لديكنز وحكيم ومميز والذي استطاع أن يحصد الأفضل . لقد أحب روزفيلت قراءة كتب معينة مرات ومرات وحدثنا عن أسماء بعضها . كما انه أخبرنا بأنه كان يحكم على أي كتاب من خلال عناوين فصوله أو جدول محتوياته أو من فهرسته .

ان أهم شيء تجدر بنا ملاحظته حول قراءة روزفيلت ليس حجمها وانما

ما كان يمارس من حرية في اختيار الطرق المناسبة لكل هدف . لقد كان بامكانه استخدام أصبعه كمؤشر يمر به على كلمات الكتاب أو أن يقرأ أجزاءً منه ببطء أو أن يتخطى بقية الأجزاء أو أن يقرأ بأعلى معدل للسرعة أو أن يقرأ بكل عناية من أجل المراجعة أو أن يقرأ الكتاب مرة بعد أخرى .

فرانكلين دي روزڤيلت

يحتمل أن يكون فرانكلين روزڤيلت من بين أفضل القراء الأمريكيين فقد كان بامكانه أن يقرأ مقطعاً كاملاً في نظرة أو لحظة واحدة ! لقد بدأ - مثله مثل أي إنسان آخر - يقرأ كلمة ثم كلمتين في كل نظرة أو لمحة . ثم انه زاد ذلك إلى ثلاث ثم إلى أربع كلمات . أنه استطاع وفي وقت قصير أن يقرأ ست وثمان كلمات في كل لمحة أو نظرة . ولم يمض وقت طويل إلاّ وقد تمكن من قراءة مقطع كامل في كل لحظة أو لمحة . بالطبع ، بعد أن مرّ بقراءة سطر ثم سطرين ثم نصف مقطع . لم تكن الصفحة تحتاج إلى أكثر من ثلاث حركات من عينه ، كما لم تكن مطالعة كتاب ما في جلسة واحدة عملية غير اعتيادية بالنسبة له .

جون اف كيندي

أصبح جون اف كيندي قارئاً سريعاً جداً بعد أن حضر دروساً في القراءة السريعة . لقد قيل أن سرعته كانت حوالي (٢٨٤) كلمة في الدقيقة قبل دراسة القراءة السريعة ، ولكنه عمل كل ما في وسعه حتى استطاع أن يقرأ بسرعة (١٢٠٠) كلمة في الدقيقة تقريباً . بالطبع ، اعطته سرعته العالية في القراءة مرونة كافية لكي يغير من معدلها حتى تتناسب والمادة التي يقرأها . كان بين الحين والآخر ، يحب استخدام حركات العين السريعة ومجالها الواسع من أجل التقاط الكلمات المفتاحية والفقرات المهمة . كما كان يحب - أيضاً - أن يقرأ مجموعات كبيرة من وحدات الأفكار . أما القوة الحقيقية في قراءته فقد كانت مقدرته في استخدام معدلات سرعة مختلفة لأنواع كبيرة من المواد التي كانت تدخل مكتبه الرئاسي .

أجوبة إمتحانات القراءات

القراءة رقم (١)

١ - T
٢ - N
٣ - N
٤ - N
٥ - F

القراءة رقم (٢)

١ - F
٢ - N
٣ - N
٤ - T
٥ - T

القراءة رقم (٣)

١ - F
٢ - N
٣ - T
٤ - F
٥ - T

القراءة رقم (٤)

١ - F
٢ - T
٣ - F
٤ - N
٥ - T

القراءة رقم (٥)

١ - T
٢ - N
٣ - F
٤ - N
٥ - T

القراءة رقم (٦)

١ - F
٢ - N
٣ - T
٤ - T
٥ - T

القراءة رقم (٧)

١ - T
٢ - N
٣ - T
٤ - F
٥ - N

القراءة رقم (٨)

١ - T
٢ - N
٣ - F
٤ - T
٥ - T

القراءة رقم (٩)

١ - F
٢ - T
٣ - F
٤ - N
٥ - T

القراءة رقم (١٠)

١ - T
٢ - T
٣ - N
٤ - F
٥ - T

القراءة رقم (١١)

١ - N
٢ - T
٣ - T
٤ - N
٥ - T

القراءة رقم (١٢)

١ - T
٢ - T
٣ - T
٤ - T
٥ - T

القراءة رقم (١٣)

١ ـ T

٢ ـ N

٣ ـ T

٤ ـ F

٥ ـ F

القراءة رقم (١٤)

١ ـ F

٢ ـ T

٣ ـ N

٤ ـ T

٥ ـ F

القراءة رقم (١٥)

١ ـ F

٢ ـ F

٣ ـ T

٤ ـ N

٥ ـ N

القراءة رقم (١٦)

١ ـ T

٢ ـ T

٣ ـ T

٤ ـ F

٥ ـ N

القراءة رقم (١٧)

١ ـ T

٢ ـ N

٣ ـ T

٤ ـ N

٥ ـ T

القراءة رقم (١٨)

١ ـ T

٢ ـ N

٣ ـ T

٤ ـ T

٥ ـ T

القراءة رقم (١٩)

١ ـ T

٢ ـ N

٣ ـ F

٤ ـ T

٥ ـ N

القراءة رقم (٢٠)

١ ـ N

٢ ـ N

٣ ـ T

٤ ـ T

٥ ـ F

القراءة رقم (٢١)

١ ـ T

٢ ـ N

٣ ـ T

٤ ـ T

٥ ـ F

القراءة رقم (٢٢)

١ ـ F

٢ ـ T

٣ ـ T

٤ ـ N

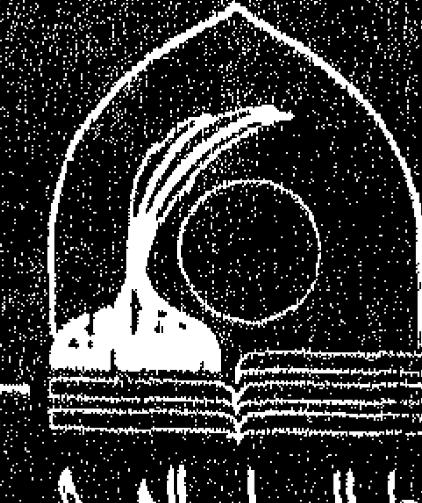
٥ ـ F

جدول النمو والتقدم

	الثواني	السرعة (عدد الكلمات في الدقيقة)	نسبة الفهم
القراءة رقم (١)			
القراءة رقم (٢)			
القراءة رقم (٣)			
القراءة رقم (٤)			
القراءة رقم (٥)			
القراءة رقم (٦)			
القراءة رقم (٧)			
القراءة رقم (٨)			
القراءة رقم (٩)			
القراءة رقم (١٠)			
القراءة رقم (١١)			
القراءة رقم (١٢)			
القراءة رقم (١٣)			
القراءة رقم (١٤)			
القراءة رقم (١٥)			
القراءة رقم (١٦)			
القراءة رقم (١٧)			
القراءة رقم (١٨)			
القراءة رقم (١٩)			
القراءة رقم (٢٠)			
القراءة رقم (٢١)			
القراءة رقم (٢٢)			

الفهرس





دار البيان العربي

حارة حريك ـ خلف بنك بيروت والبلاد العربية : بناية سبيتي ط ٣ . ت ٨٢١١٤٢ ـ ص . ب
٩٧/ ٢٥ و ١١٣/٥٧٨٩ بيروت ـ لبنان تلفاكس ٨٦٣٤٦١ تلكس BACHAIR LE ٢٢١٧